மோனநிலை கொண்டு பெரும் ஞானியானவன்

இராகம் : தேஸ்] [தாளம் : ஆதி.

கருதும் பொழுதினிலே காட்சி தருவான் - தமிழ்க்
கவிதை இனிமையிலே ஆட்சி புரிவான்
குருபரன் குகன்வடி வேல்முருகன் - அவன்
குன்று தோறும் ஆடிநின்ற கொற்றவனிவன் (க)

குஞ்சர முகர்க்கிளைய குழந்தை வேலவன் - தெய்வ
குஞ்சரிதனை மணந்த குமர நாயகன்
தஞ்சமென்று வந்தவர்க்கே தயவு காட்டுவான் - அவன்
அஞ்சலென்று அபயம்தந்தே ஆனந்தங் கொள்வான் (க)

ஞானப் பழத்தைப் பெறும் ஆவலாலே - தன்
கான மயில் மீதமர்ந்தே கணத்தில் வந்தும்
ஆனை முகன் அக்கனியைப் பெற்றிருந்ததால் - அவன்
மோனநிலை கொண்டு பெரும் ஞானியானவன் (க)

தேவியும் சிவனும் சென்று சேயினிடத்தே - இந்த
பூவினில் மெய்ஞானப் பழம் நீயே எனவும்
காவியுடை தானணிந்தே கந்தநாதனும் - திரு
ஆவினன் குடியமர்ந்த ஆறுமுகனே! (க)

திருப்பூர். ஆ. மாரியப்பா.

"மூலிகை மணி" நிதி நன்கொடை

இம்மாதம் அனுப்பிய அன்பர்கள்.

திரு.	எஸ். திருப்புராந்தகன், சென்னை-5.	ரூ.	10	00
,,	ஆர். வெங்கடாசலபதி, டி. என். பாளையம்.		6	00
,,	செ. மணி, சின்னுளப்பட்டி.		4	94
,,	மாரியப்ப சுவாமி, ஸ்ரீரங்கம்.		4	00
,,	எம். கே. மோதிலால், இராணிப்பேட்டை.		3	00
,,	மருத்துவர் எஸ். அம்பி, ஒசூர்.		1	90
,,	பி. ஆறுமுகம், தென்னூர்.		1	80
,,	கொ. கெ. கண்ணப்ப முதலியார், பனப்பாக்கம்.		1	00
,,	ப. சண்முகம், திம்மனூர் போஸ்ட்		0	90
,,	வி. திருநாராயணன், சீர்காழி.		0	50

குறிப்பு :- இதுவரை மூலிகை மணி நிதி நன்கொடையிலிருந்து பல பொது நன்மைக்காக செலவிடப்பட்டது. இந்த இதழிலிருந்து ஒரு பகுதியை பத்திரிகை பேப்பர் அரிதாகிவிட்டபடியால் பேப்பர் கொள் முதலுக்கு பயன்படுத்தப்படும். பிரபல பத்திரிகைகள் எல்லாம் பேப்பருக் காக மிகவும் சிரமப் படும்போது மூலிகை மணிக்கு பேப்பர் கோட்டா பெர்மிட் இல்லாமல் சந்தா நேயர்கள், வாசக அன்பர்கள் ஆதரவிலேயே நடந்து வருவது குறித்து பல அன்பர்களிடமிருந்து மகிழ்ச்சி தெரிவித்து கடிதம் எழுதியுள்ளனர். அவர்கட்கெல்லாம் எமது நன்றி.

மானேஜர், மூலிகை மணி.

சந்தா நேயர் திருமணம்.

கள்ளிப்பட்டி கிராமம் திரு, கே. பி. சந்திரசேகரன் சகோதரியும், திரு. கே. என். பொன்னுசாமி கவுண்டர் அவர்கள் குமார்த்தியுமான செல்வி: **அகல்யா தேவிக்கும்** — செல்வன்: **நடனமூர்த்திக்கும்** (3—3—'66) வியாழக்கிழமை அன்று கள்ளிப்பட்டியில் திருமணம் சிறப்பாக நடைபெற்றது.

வாழ்க மணமக்கள்!

மூலிகைமணி மருத்துவ மாத இதழ்.

ஆசிரியரும் அச்சிட்டு வெளியிடுபவரும்.

ஆ. இரா. கண்ணப்பர். R. M. P. Regd

ஆண்டு சந்தா: ரூ 5—00 :: தனிப்பிரதி: 50 காசு

ஆறு மாத சந்தா கிடையாது.

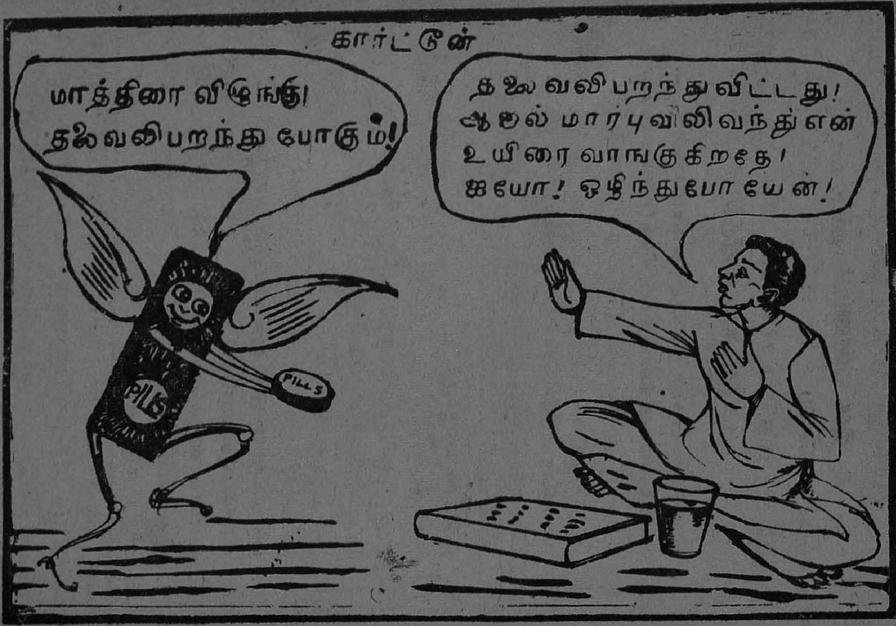
பங்குனி மாத மணியில்

1.	மோனநிலை கொண்டு பெரும் ஞானியானவன்! ...	1
2.	வெறித்தனமான போதை காட்சிகள் (தலையங்கம்) ...	5
3.	நம் நாட்டு மூலிகைகள் (79-வது கட்டுரை) ...	9
4.	நோயும் மருந்தும் ...	13
5.	வளமான தமிழிலே சொல்லு! (பாடல்) ...	19
6.	விஷ ஜந்துக்களும், மூலிகைகளும் ...	26
7.	அத்வைதம் ...	29
8.	தண்டனை யாருக்கு? ...	32
9.	இலட்சியவாதி ...	33
10.	சிறுவர்களுக்கு உண்டாகும் திமிர்பூச்சிகள் நீங்க ...	35
11.	பட்டினி கிடத்தல் பரம மருந்து ...	37
12.	கப இருமல் நீங்க! ...	40
13.	புல்லுருவி ...	41
14.	மனித உறுப்புக்களில் மூலிகைகளின் குணம் ...	45
15.	தேனும் படுக்கையில் சிறுநீரும் ...	47
16.	வளமான வாழ்வுக்கு வழி! (பாடல்) ...	41
17.	இதய ஒலி! ...	49
18.	மலரின் மகத்துவம் ...	52

போன் நெம்பர் 726. :: தபால் பெட்டி 26

அலுவலகம் :— 33-1, தென்னமரம் தெரு, வேலூர். (வ. ஆ.)

மூலிகை மணியில் வெளியாகும் கட்டுரைகள் பதிப்பகத்திற்கே உரியது ஆசிரியர் உரிமையின்றி யாரும் பயன்படுத்தக்கூடாது. கதையில் வரும் பெயர்கள் கற்பனையே; யாரையும் குறிப்பிடுவதல்ல.


கார்ட்டூன்
மாத்திரை விழுங்கு! தலைவலி பறந்து போகும்!
தலைவலி பறந்துவிட்டது! ஆனால் மார்புவலி வந்து என் உயிரை வாங்குகிறதே! ஐயோ! ஒழிந்துபோயேன்!
PILLS
PILLS

உ

முருகா.

ஐந்து கரத்தனை யானை முகத்தனை இந்தினிளம்பிறை போலுமெயிற்றனை
நந்திமகன்றனை ஞானக்கொழுந்தனை புந்தியில்வைத்தடி போற்றுகின்றேனே

மூலிகை மணி

எல்லோரும் இன்புற் றிருக்க நினைப்பதுவே
அல்லாமல் வேறொன் றறியேன் பராபரமே. - (தாயுமானவர்)

மலர் 2 விசுவாவசுஆ பங்குனி மீ (மார்ச் 66) இதழ் 5

வெறித்தனமான போதைக் காட்சிகள்!

மனிதனுக்கு மயக்கத்தைக் கொடுத்து மதிமயங்க வைக்கும் பொருள்களை இருவிதமாகப் பிரிக்கலாம். (1) இயற்கை தரும் போதை, (2) செயற்கை போதை,

முதலாவது கள், சாராயம், கஞ்சா, அபினி, புகையிலை போன்ற இயற்கைப் பொருள்கள் ஆகும். இவை உடலுறுப்புகளில் வேலைசெய்து களைப்பு, ஆயாசம், இவைகளை நீக்கி உற்சாகத்தையும், ஊக்கத்தையும் தரக்கூடியவை என்பது பொதுவாக பல நாட்டினரின் அபிப்பிராயம். இந்த இயற்கை போதைப் பொருள்கள் அளவுக்கு மீறியதானல் உபயோகிப்போரின் உடல்நலத்தைப் பாதிக்கச் செய்துவிடும். நாகரீகம் தெரியாமல் இருந்த காலத்தில் கூட இந்த போதைப் பொருள்களை மக்கள் உழைப்பின் அலுப்பு தெரியாமல் இருக்க உபயோகம் செய்து வந்து இருக்கின்றனர் என்பதை வரலாற்றுச் சான்றுகள் இயம்புகின்றன. ஆதியில் கங்கை நதி தீரத்தில் வந்து தங்கிய ஆரியர்கள் கூட சுரபானம் என்ற ஒருவகை போதை வஸ்துவை பயன்படுத்தி வந்ததாக சரித்திர

வரலாறு. எனவே உடலுக்கு போதை தரும் இந்த பொருள்களால் பெரிய அளவில் தீமை பயக்கும் பயங்கர விளைவுகள் உண்டாகி இருப்பின் மனித சமுதாயம் இதுநேரம் இயற்கையில் அழிந்தே போயிருக்கும். பகலெல்லாம் உழைத்துக் களைத்துப்போன உடல் ஏதாவது ஒரு போதை பொருளை நாடுவது இயற்கையே. இவை இயற்கை போதை எனப்படும்.

இரண்டாவதாகக் குறிப்பிடுவது செயற்கை அல்லது மானசீகப் போதையாகும். அதாவது கண்ணால் காணும்போதும், காதுகளால் கேட்டு உணரப்படுவதுமான உணர்வுப் போதை வஸ்துக்கள். இவை நாகரீக முன்னேற்றமும், விஞ்ஞான கண்டுபிடிப்புகளும் இல்லாத காலத்தில் அறவே இல்லை எனலாம். உதாரணமாக இப்போது வெண்திரையில் காட்டப்படும் திரைப்படம் நம் நாட்டிலே பல நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்பும் இருந்தது. இதற்கு பொம்மலாட்டம் என்று பெயர். இதுபோல் நாடகம், இசைக் கலைகள் எல்லாவற்றிற்கும் பிறப்பிடம் நமது நாடே என்றால் மிகையாகாது. அப்போதெல்லாம் இத்தகைய கலையரங்கக் காட்சிகளை ஓரளவுதான் மக்கள் ரசித்தார்கள்.

அன்றாட வாழ்வில் உழைத்துப் பாடுபடுபவரின் உடலும், உள்ளமும் விரக்தியடைந்து சோர்வு கண்டபோது மேல்கண்ட கலாநிகழ்ச்சிகளால் ஊக்கமும், உற்சாகமும் பெறும் என்பது நமது முன்னோர்கள் கண்ட உண்மைகள். பழம் பெரும் கலைகளில் செவிக்கின்பம், கண்ணுக்கினிய காட்சிகள் மட்டுமே இடம் பெற்றது. தற்காலம் வெறித்தனமான, தன்மான உணர்வு அற்று அடங்காத ஆசைகளையும், நிறைவேறாத கற்பனைக் கருத்துக்களையும் புகுத்தி காண அருவருக்கத்தக்க திரைப்படக் காட்சிகளை எடுக்க ஆரம்பித்து விட்டனர். இவைகளை "**வெறித்தனமான போதைக் காட்சிகள்**" என்ற வார்த்தையை விட வேறு விதமாக எப்படிச் சொல்ல முடியும். இயற்கைப் பொருள்களுக்கு உள்ள போதை சக்திகளை விட, படு பயங்கரமான அழிவு சக்தியைக் கொண்டது இந்த செயற்கை போதைக் காட்சிகளே!

அதிலும் இந்த போதைக் காட்சிகள் விஞ்ஞான சகாப்தத்தில் பல நாகரீக முன்னேற்றம் கண்டுவிட்டது. முதலில் பேசாத படமாக வந்தது, பேசும் படமாகி, பல வண்ணக் கலர் படங்களாகி இன்று மக்களை எல்லாம் மயக்கம் கொள்ளச் செய்துவிட்டது.

உல்லாசம், பொழுது போக்கு, என்பது உலக வாழ்க்கைக்கு இன்றியமையாத ஒன்றுதான். என்றாலும் அது அளவுக்கு மீறி வாழ்க்கையே

அதனால் பாழாகும் நிலை ஏற்பட்டால்? நாடு என்னவாகும்! ஒரு நாட்டின் வளர்ச்சியோ, அதன் வீழ்ச்சியோ கலைஞர்களின் கையில்தான் உள்ளது இவர்கள் மனது வைத்தால் மக்களை ஆரோக்கியமுள்ள பலசாலிகளாகவும் வீரமும் பண்பும் உள்ளவர்களாகச் செய்யலாம். ஆரோக்கியம் உள்ளவர்களாக வீரம் உள்ளவர்களாக இருப்பவர்கள் எத்தனைபேர் என்பதை விரல் விட்டு எண்ணிக்கொள்ளவும் இன்று ஆட்கள் இல்லை.

நமது நாடு செய்த துர்ப்பாக்கியம் சுதந்திரத்திற்கு பின்பு திரைப்பட துறையில் உற்பத்தியாளர்களும், விநியோகஸ்தர்களும், கொட்டகைகாரர்களும் இந்த 19 ஆண்டுகளில் பெருகிய அளவுக்கு; பாதி அளவாவது நமது நாட்டின் விவசாயம் பெருகி இருந்தால் இன்று அந்நிய நாட்டவரிடம் உணவுக்கு வேண்டும் நிலை ஏற்பட்டிராது. நெல் வயல் (Paddy Field) கொழிப்பது போய், யாரைக் கேட்டாலும் இன்று படத்துறை (Cine Field) யில் வேலையாக இருக்கிறேன் என்கிறார்கள். இப்படியாக பெருகிவிட்ட திரைப்பட துரையை தட்டிக் கேட்க அரசாங்கம்கூட இன்று அஞ்சுகிறது! ஏன்? வரிப்பணமாக வரும் காசு முக்கால்வாசி இந்த சினிபீல்டு மூலம்தான் வருகிறதாம். இவ்வளவு கொழுத்த பணத்தைக் கைவிட யாருக்குத்தான் மனசு வரும்.

திரைப்படத் துறையில் திடீர் பணக்காரர் ஆனவர்களும், திடீர் பிச்சைக்காரர்களாக போனவர்களும் அனேகம்!. இப்படி திரைப்படத் துறையில் உள்ளவர்களையே ஆட்டி வைக்கும் இந்தப் படங்கள், மக்களை ஆட்டி வைக்கும் ''வெறித்தனமான போதைக் காட்சிகள்'' என்று சொல்வதில் குற்ற மொன்றுமில்லை அல்லவா?

காணக் கண்கள் கூசும் காட்சிகளைப் படம் பிடித்து காதால் கேட்கப் படும் வசனங்களும், பாடல்களும், வாலிப உள்ளங்களில் போதை உணர்ச்சிகளையும், காம வெறிகளையும் கிளப்பி, இளம் பிஞ்சுகள் உதிர்வதுபோல நமது நாட்டின் வருங்கால சந்ததிகளை அழிக்கும் சக்தியாக இன்றைய திரைப்படத் துறை மாறி வருகிறது. இதை நடுநிலை மனப்பான்மை கொண்ட அனைவரும் ஒப்புக்கொள்ளத்தான் செய்வர்.

எங்கு பார்த்தாலும், திரும்பினாலும், பேசினாலும் இந்த திரைப்பட எதிரொலிகளே! **வயது வந்தோருக்கு மட்டும்** என்ற படங்கள் வரும், அதில் வயது வந்தவர்கள் அநேகமாக இருக்கமாட்டார்கள். கட்டுடல் காளைகள்தான் படிப்பையும் விட்டு பகல் காட்சிக்குப் போகிறார்கள். திரைப்படத்தை பார்த்துவிட்டு திரை மறைவில் சக்தியைப் பாழாக்கி விடுகிறார்கள்.

ரஷ்ய நாட்டிலே 14 வயதுடைய இளங்காளைகள் பெற்ரோர் இன்றி தனியாக ஊர் சுற்றி அலைந்தால் அவன் கைது செய்யப்படுவான்! இப்படி ஒரு சட்டம் இருப்பதாக தெரியவருகிறது. இம்மாதிரி ஒரு சட்டம் நமது நாட்டில் இல்லாவிட்டாலும் இளம் காளைகளுக்காக தடுக்கப்பட்டிருக்கும் (ADULTS ONLY) என்பதையாவது நேர்மையுடன் திரைப்படத் துறையில் கடைப் பிடிக்கிருர்களா? ஹூம்! அந்த வார்த்தையை சுவரொட்டியில் பிரசுரம் செய்யாமல் இருந்தால் படமே நன்ருக வசூலாகி இருக்காது'' என்றல்லவா பெருமையடிக்கிருர்கள் இப்படி வேண்டும் என்றே தவறுகளைச் செய்து; நமது நாடே நோயாளிகளாக, கோழைமனது உடையவர்களாக, ஏமாளிகளாக, சக்தி இழந்தவர்களாக ஆக்கிவிட்டது. திரைப்படத் துறையை இன்று எந்தவித சக்தியாலும் அழிக்கமுடியாது. பத்திரிகை உலகமே இன்று பக்க பலமாக நின்று பல ஆபாசக் காட்சிகளை விளம்பரமாக படமாக்கி, விமர்சனம் செய்கிறதென்ருல் கேட்கவேண்டுமா? இன்னும் ஒருபடி அதிகமாக சொல்லப் போனுல் திரைப்பட விமர்சனங்கள் செய்யவே பல 'காமா' 'சோமா' பத்திரிகைகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டு நடந்து வருகின்றன. இவைகளுக்கு திரைப்பட ஆதரவும், விளம்பரங்களும் இல்லாது இருக்குமாளுல் அன்று முளைத்த காளான் போல பறந்துபோய் விட்டிருக்கும்.

இந்த விளம்பரங்களையும், விமர்சனங்களையும் அப்படியே உண்மை என நம்பிய அப்பாவி மக்கள் கையில் பணம் உள்ளதோ? இல்லையோ! ஐம்பது பைசா கொடுத்து அரிசி வாங்கி சாப்பிடமுடியாத குடும்பம், அன்று இரவு புதுப்படம் என்ருல், நகை நட்டையோ அல்லது செம்பு தவலையோ மார்வாடி கடைக்கு கொண்டு போய் அநியாய வட்டிக்கு அடகு வைத்து அரை ரூபாய் டிக்கட்டை ஐந்து ரூபாய்க்கு பிளாக் மார்க்கெட்டில் வாங்கி கொண்டு போய்; படம் பார்த்துவிட்டுப் பட்டினியாக வந்து படுப்பார்கள். இவர்களை என்னவென்று உரைப்பது!.

வெறித்தனமான போதைக் காட்சிகளைப் பார்ப்போர் அதிகமாகி பட்டினிப் போதையுடன் சேர்ந்த இந்த கூட்டத்தைக் கண்டு மற்ருெரு கூட்டம் "பஞ்சம்! பஞ்சம் என்கிருர்களே, பார்த்தீர்களா! கூட்டத்தைப் புதுப்படத்திற்கு'' என்று கூறி ஓட்டு வேட்டையாட போட்டி போடு கின்றது. என்றுதான் இந்த போதைக் காட்சிகள் ஒழியுமோ?

இறைவனுக்குத்தான் வெளிச்சம்!

உ

முருகா.

நம் நாட்டு மூலிகைகள்

"ஆகாச கருடன்"

ஆகாயத்தில் வட்டமிட்டு சுழன்று வரும் கருடனை நம் அனைவருக்கும் தெரியும். இதன் பெயரைக் கொண்ட மூலிகையும் நம் நாட்டில் உள்ளது. இதனை அடியேன் தினமணி சுடரில் 1963-ல் "யானை வணங்கி" என்ற பெருநெருஞ்சில் பற்றிய கட்டுரையில் வெண் குட்டத்திற்கு சேரும் உபசரக்காக குறிப்பிட்டு உள்ளது பல வாசக அன்பர் கட்கு நினைவிருக்கலாம். (யானை வணங்கி முதல் பாகத்திலே 7-வது கட்டுரையாக இடம் பெற்று இருக்கிறது) அது முதல் கொண்டு இந்த மூலிகை ஆகாச கருடனைப் பற்றி எழுதுமாறு வந்த கடிதங்கள் எண்ணில் அடங்கா. இதைப் பற்றி எழுத இப்பொழுதுதான் வாய்ப்பு கிடைத்தது.

ஒரு மூலிகையைப்பற்றி எழுதவேண்டும் என்ற நினைவு கொண்டால் அது பற்றிய விபரங்கள், தடயங்கள், ஆராய்ச்சி முடிவுகள், அனுபவ உண்மைகள் இவைகளை ஆதாரமாகக் கொண்டு எழுதவேண்டுமே ஒழிய வாசகர்கள் கேட்கிறார்களே என்று நாலு புத்தகங்களைப் புரட்டிப் பார்த்து ஏட்டுச் சுரைக்காயை கறிக்குதவும்படி செய்துவிட முடியாது. இந்த ஆகாச கருடன் பற்றிய குறிப்புகளை பல ஆண்டுகளாக எடுத்து முருகன் அருளால் இன்றுதான் நிறைவேறுகிறது. சில வாசக அன்பர்கள் வாரம் வாரம் வரவில்லையே என்று அலுத்துக் கொண்டு தினமணி சுடருக்கு கடிதங்கள் எழுதியும் இருக்கிறார்கள். அன்பின் காரணத்தால் வசைமாரி பொழிந்தும் சில வாசக அன்பர்கள் எழுதிய கடிதங்களை கண்டு மகிழ்ச்சி தான் பொங்கியது. அவர்களுக்கு எல்லாம் தாழ்மையுடன் தெரிவித்துக்

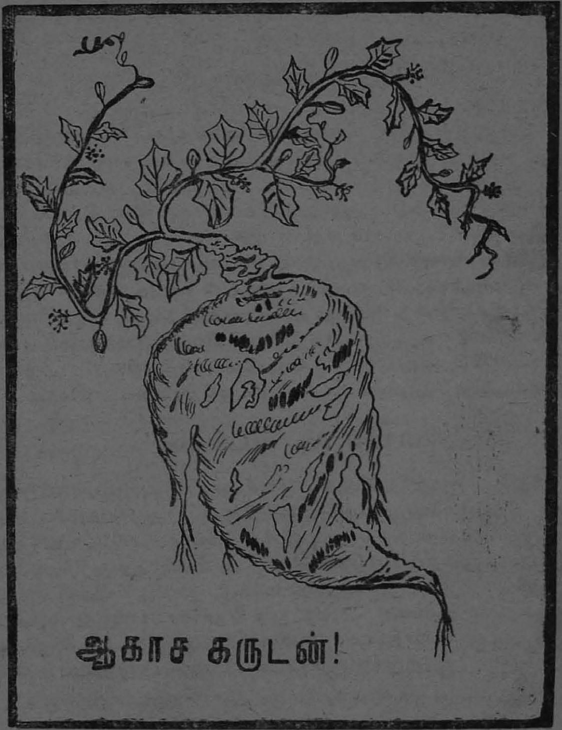
கொள்வது இதுதான். "ஒருவனிடம் பொன் வாத்து இருந்தது அது தினமும் 1 பொன் முட்டையிடும். நிறைய பொன்முட்டை இடவில்லையே என்று நினைத்த அவன் பொறுமையிழந்து வயிற்றில் நிறைய முட்டைகள் இருக்குமென அதை அறுத்துப் பார்த்து அந்த ஒரு பொன் முட்டையையும் இழந்தானும்" அதுபோல வாசக அன்பர்கள் பொறுமையை இழக்கக் கூடாது. சுடரில் சில வாரங்கள், மாதங்கள் கூட நம் நாட்டு மூலிகை வராமல் இருந்ததற்கு இதுவே காரணம்.

மண்ணில் திருவடியும், விண்ணில் திருமுடியையும் வைத்துக் காட்சி தந்தருளும் திருமாலின் வாகனமாகி நின்ற, கருடபகவானின் பெயருக்கும்; இந்த மூலிகையான ஆகாச கருடனுக்கும் குணப்பொருத்தம் ஏதோ ஒன்று இருக்கக்கூடும் இல்லாவிடில் நம் முன்னோர்கள் இப்படியான ஒரு பெயரை இதற்கு சூட்டி இருக்க மாட்டார்கள்.

உண்மையில் இந்த ஆகாச கருடனுக்கு மாபெரும் சக்தி இருக்கத்தான் செய்கிறது சாகா மூலி என்ற பெயரும் இதற்கு உண்டு. ஆமாம், இந்த மூலிகை சாகாது. அதாவது இந்த கிழங்கை எடுத்து வீட்டிலே ஒரு கயிற்றில் கட்டி தொங்கவிட இது சாகாது. முளை விட்டு வீடெல்லாம் கொடியோடிப் படரும்! நீர் இல்லாமல், நிலம் இல்லாமல், சாரம், சத்து ஏதும் இல்லாமல் அந்தரத்திலே கட்டி வைத்த இந்த கிழங்கு, கொடி படர்ந்து ஓடுகிறது என்றால் நமக்கு ஆச்சர்யமாகத்தானிருக்கும். 1961ம் ஆண்டு மார்ச்சு மாதம் 12ந் தேதி காலை 11-மணிக்கு ஒரு குருவிக்காரன் சில கிழங்குகளுடன் கூவிக்கொண்டு வீதி வழியே சென்றான். அவனைக் கூப்பிட்டு, ஒரு சிறிய கிழங்கை எட்டணாவுக்கு வாங்கி வீட்டு கூடத்தில் கட்டி வைத்தோம். அது 1965ம் ஆண்டு டிசம்பர் 7-ந் தேதி வரை கொடி விட்டு வளர்வதும் தேய்வதுமாகி, வீட்டுக்கு வெள்ளையடிக்க ஏணி போட்டபோது அதன் மேல் பட்டு கீழே விழுந்து அடிபட்டுப் போனது. அந்த கயிற்றில் முடிந்து இருந்த காகிதத் துண்டை பிரித்துப் பார்க்க 12-3-61 என்ற குறிப்பைக் கண்டோம் ஏணி பட்டு இந்த சாகா மூலிகைக்கு விபத்து வந்ததே! என்று நினைத்து அதை ஒரு தொட்டியில் உள்ள மண்ணில் புதைத்து நீர்விட்டு வைத்தோம். அடி பலமாகத் தாங்கியதால் அது முளைக்காமல் போனது.

கோவைக் கொடியினத்தைச் சேர்ந்த இந்த மூலிகைக்கு பொதுவாக பேய்ச்சீந்தில், கருடன், கொல்லன் கோவை என்ற வேறு பெயர்கள் இருந்தாலும்கூட, பாமர மக்களிடையே ஆகாசகருடன் என்றால்தான் விளங்கும் இது குத்துச் செடிகள் அடர்ந்த சிறு மரக்காடுகளில் தன்னிச்சையாக

வளருங் கொடி. குறிப்பாக குருவிக்காரர்கள் காடு மலைகளுக்குச் சென்று பல அருமையான மூலிகைகளை எடுத்து வரும்போது இந்த ஆகாச கருடன் கிழங்கையும் அவசியம் மறவாமல் எடுத்து வந்து நாடு நகரங்களில் கூவி விற்பார்கள். அவனைக் கூப்பிட்டு ''இந்த கிழங்கு எதற்கு உதவும்''



ஆகாச கருடன்!

என்று கேட்டு விட்டால் போதும்! உடனே அவன் நின்று அதன் உபயோகத்தைப் பற்றி அரைமணி நேரம் தன் கொச்சைத் தமிழ், தெலுங்கு உருது எல்லா மொழிகளிலும் கலந்து விளக்குவான். காலேஜ் புரொபசர் கூட இம்மாதிரி லெக்சர் கொடுக்க மாட்டார்! தொண்டை நீர் வரட்சியா

கும் வரை கத்திவிட்டு " சாமி ஒரு கெயங்கு வாங்கிக்கொங்க, இது வூட்லே இருந்தா ஆபத்துக்கு ஒதவும் " என்று சொல்லி முடிப்பான். குருவிக்காரன் சொல்லில் லயித்துப் போனவர்கள் அவன் பேச்சை நம்ப மாட்டார்கள்! ஏழையின் சொல் அம்பலம் ஏறுமா? இதே சொல்லை நவீன மருத்துவர் சொன்னால் அதுவே ஒரு புதிய ஆராய்ச்சியாகிவிடும்! இதுவும் காலத்தின் கொடுமையே!.

" பயனும் குணமும் "

இந்த மூலிகையின் கிழங்கு காடுகளிலிருந்து வருவதால் கொடி, இலை, பூ, பழம் இவைகளைப் பற்றி அநேகர் கண்டிருக்க மாட்டார்கள். எனவே, இதன் உபயோகங்களை விட கிழங்குதான் நாட்டில் நிறைய உபயோகமாகி வருகிறது. ஆனாலும் இதன் கொடி இலை இவைகளுக்கும் நல்ல பலன் உண்டு. ஆகாச கருடன் இலை கோவை இலைப் போலவும், இதன் பூக்கள் மிகவும் சிறியதாகவும், மிக விரைவில் உதிர்ந்து, பிஞ்சு உண்டாகி பழுத்தவுடன் பவள நிறத்துடன் அதே அளவு இருக்கும். கிழங்கை ருசித்தால் சிறு கைப்பும் கார்ப்புமாக இருக்கும். இதன் முக்கிய செய்கை விஷ நாசினி. சிறப்பாக கொடிய விஷத்தன்மை உடைய பாம்பு கடி விஷங்கள், தேள், பூரான் ஆகிய விஷங்கள் முறியும். அத்துடன் இளைத்த உடலைத் தேற்றவும், உடலை உரமாக்கி சூட்டை தணிக்கும்.

" பாம்பு கடி விடங்கள் "

எலிக்குச் சததுரு பூனை, கீரிக்குச் சத்துரு பாம்பு, பாம்புக்கு சத்துரு கருடன், இது எல்லோருக்கும் தெரிந்ததுதான். ஆகாயத்திலே பறந்து வட்டமிடும் கருடனின் நிழல் ஒரு பாம்பின் மேல் பட்டால் போதும்! அதன் சகதி எல்லாம் குன்றிப் போய் விஷம் முறிந்து பலமிழந்து அழிந்துபோகும். இத்தகைய சக்தி இந்த மூலிகைக்கும் உண்டு. பாம்பு கடித்தவுடன் இந்த ஆகாச கருடன் கிழங்கை மென்று ஒரு எலுமிச்சங்காய் அளவு தின்ன இரண்டு தடவை வாந்தியும், வெளிக்கும் போகும். உடன் விஷமும் முறிந்து விடும். **தும்பையில்** குறிப்பிட்டபடி பத்தியம் இருத்தல் அவசியம் எந்த வகைப் பாம்பு கடி விஷங்களுக்கும் ஆகாச கருடன் கிழங்கு ஏற்றது.

மண்ணுளிப் பாம்பு என்ற ஓர் இனம். இதில் பல பிரிவுடைய பாம்புகள் உண்டு. செப்படி வித்தைக் காட்டிப் பிழைக்கும் பாம்பாட்டி களிடம் இம்மாதிரி பாம்பு இனங்களைக் காணலாம். இந்த பாம்புகள்

[53-ம் பக்கம் பார்க்கவும்

௧.

[இந்தப் பகுதியில் வாசக அன்பர்கள் தங்களின் வினுக்களை தாராளமாக எழுதி அனுப்பலாம். கூடுமானவரை பலருக்கும் பயன்தரும் கேள்விகளே முதலிடம் பெறும். ரகசிய கேள்விகளை குறிப்பிடும் அன்பர்கள் பெயரைக் குறிப்பிடமாட்டாது. கேள்விகளை எழுதும்போது தெளிவாகவும் முழு விலாசமும், வயதும் குறிப்பிட வேண்டும்.]

கேள்வி: "புகையிலை மனித சமுதாயத்திற்கு நல்லதா? கெட்டதா? இதன் கர்த்தா யார்?" எப்படி தோன்றியது?

பதில்: விஷ்ணு பத்ரம் துளசி, சிவ பத்ரம் வில்வம், பிரம்ம தேவனுக்கு அர்ச்சனை செய்ய பத்திரமும் இல்லை; கோயிலும் கிடையாது! பார்த்தார் பிரம்மன், உலகில் பிறந்த மானிடர் அனைவரும் சாதி, சமய உணர்ச்சி, வித்தியாசம் பாராட்டாமல் போற்றிப் புகழ வேண்டும் என நினைத்தார். தேவர்கள் கடைந்து எடுத்த அமிர்தக் கலசத்தை ஆகாயத்தில் கருட பகவான் கொண்டு செல்லும்போது, அதை தன் தப வல்லமையால் பொங்கி பூமியில் விழச்செய்தார். அப்படி விழுந்த அமிர்தம்தான் பூமியில் புகையிலைச் செடியாகியது! புகையிலைக்கு பிரம்மபத்ரம்

என்றும் பெயர் உண்டு. அதோடு இந்தப் புகையிலையை தொடாதவர்கள் மறு பிறவியில் எருமை மாடாக பிறப்பார்களாம்!... "இது வெறும் புளுகு மூட்டை" என்று நினைக்கிறீரோ? கிடையாது. இதோ பாருங்கள் கவியை,

"ககபதி ககனமு அமுர்தமு தேகா
புக புக மனி பொங்கி புவி நின்ருலின்
பொக செட்டை ஜென் மின் சனு
பொக திராக னிவாடு புவிலோ துன்ன
போத்தை புட்டுன்".

என்ற தெலுங்கு மஹா கவிதையால் உணரலாம். புகையிலையை 40 வயதுக்கு மேல் உபயோகிக்க உடலில் தேங்கிய துர்நீர்களை வெளியேற்ற உதவுகிறது. ஆனல் இளம் வயதினருக்கு எந்த விதத்திலும் கெடுதலைத்தான் தரும். இது பற்றி இன்னும் விரிவாக தெரிய விரும்பினல், "**நம் நாட்டு மூலிகைகள்**" இரண்டாம் பாகத்தில் பிரம்ம பத்ரம் என்ற கட்டுரையில் காணலாம்.

கே - ஐயா, எனக்கு பல் ஈறுகள் கரைந்து இடுக்கு விழுந்து இருக்கிறது. ஈறுகள் பருத்து வீங்கி இருக்கிறது. ரத்தம் வருகின்றது. வாய் நாற்றம் சகிக்க முடியவில்லை. இதற்கு பலவித பற்பசைகள் (டூத் பேஸ்ட் உயர்ந்த விலையுள்ளது) பல் பொடிகள் பலவகைகளும் போட்டு பல் தேய்த்தும், குணமாகவில்லை. சில சமயங்களில் ஈறு அதிகமாக வீங்கிப் புடைத்து வலி தாங்கமுடியவில்லை. இரண்டு தினங்கள் கழிந்ததும் அமுக்கினல் சீழ், ரத்தம் கசிந்து வருகிறது. சர்க்கார் அதிகாரியாக இருக்கும் நான் பலரோடு பேசும் நிலையில் இருக்கிறேன். எனது கீழுள்ள குமாஸ்தாக்களும் வெறுக்கும் அளவு என் பற்கள் பார்க்க விகாரமாக இருக்கிறது. பல் டாக்டரை அணுகவே பயமாக இருக்கிறது. இரண்டு வருடங்களுக்கு முன்பே பற்களை எல்லாம் பிடுங்கிவிட அவர் கூறிவிட்டார் இந்த நிலையில் தான் தங்கள் நினைவு எனக்கு வந்தது. வாய் நாற்றம் போகவும், ரத்தம், சீழ் வருவது நிற்கவும், சதை வளர்ந்து பற்களின் இடுக்குள் நீங்கவும், நிரந்தர குணம் தரும் ஓர் எளிய முறை எழுதினல் மிகவும் நன்றியுடையவனக இருப்பேன்.

ப - தமிழ் அன்பரே! கவலை வேண்டாம். பற்களையும் பிடுங்க வேண்டாம். கீழ்க்கண்ட முறையை தாங்கள் மேற்பார்வையிலேயே

தயாரித்து வைத்துக்கொண்டு, காலை மாலை இரண்டு வேளையும் பற்களை துலக்கி வெந்நீர் கொண்டு வாய் கொப்பளித்து வரவும். முறை விபரம் வேம்பின் பட்டை, மாதுளம் மரப்பட்டை, கருவேலம்பட்டை, கடுக்காய் தோல் இவைகள் வகைக்கு 5 பலம் எடுத்து சுத்தி செய்து உலர்த்தி தனித் தனியே இடித்து தூள் செய்து சலித்து வைக்கவும். படிகாரம் 1 பலம் பொறித்து தூள் செய்து கொள்க. மாவு சுக்கு 2 பலம் தோல் சீவி இடித்து தூள் செய்து கொள்க. கிச்சிலிக் கிழங்கு அரை பலம் எடுத்து தூள் செய்க. மிளகு 1 பலம் இதையும் தூள் செய்க. இந்துப்பு 3 பலம் இதையும் உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்க. மேல்கண்ட தூள்கள் மிகவும் சன்னமாக மாவு போல் இருக்கவேண்டும். இவை யாவற்றையும் ஒரு பெரிய பாத்திரத்தில் கொட்டி நன்ருக ½ மணி நேரம் கலந்து விட்டு, காற்று புகாத டப்பிகளில் அடக்கி வைத்துச் கொண்டு பல் துலக்கிவர நீங்கள் குறிப்பிட்ட பல் நோய் யாவும் வர வர குறைந்து நீங்கிப் போகும்.

முக்கிய அறிவிப்பு.

மூலிகைகளின் அருமை பெருமைகளை நமது மூலிகை மணி ஆசிரியர் அவர்கள் பல ஆண்டுகளாக தினமணி சுடரில் எழுதி வந்துள்ளதை யாவரும் அறிந்த விஷயமே. இதுபோன்ற மாபெரும் சக்தியையும் அதனை வெளியிடும் வாய்ப்பையும் அளித்த எம்பெருமான் எல்லாம் வல்ல முருகப் பெருமானுக்கு பல ஆண்டுகளாக ஆசிரியர் அவர்கள் திருத்தணிகை சென்று, ஒவ்வொரு 'சித்ரா பௌர்ணமிக்கும்' விசேஷ அபிஷேகமும், உற்சவமும் செய்து வருவது பல வாசக அன்பர்களுக்குத் தெரியும்.

அதுபோல் வரும் பராபவ சித்திரை மாதம் பௌர்ணமிக்கும் விழா எடுத்து பவரோக வைத்தியநாதனும் தணிகாசல முருகனுக்கு அபிஷேகம் செய்யப் போகிற படியால் மூலிகை மணி வாசக அன்பர்களும், சந்தாதாரர் களும், ஆசிரியர் அவர்களிடம் மருத்துவ ஆலோசனையும். மருந்துகளையும் பெற்று குணமான அன்பர்களும் வருகின்ற சித்திரை மாதம் 21-ம் தேதி (4—5—'66) புதன் இரவு நடைபெறும் "சித்ரா பௌர்ணமி விழாவில்" கலந்துக்கொண்டு முருகப் பெருமானின் திருவருள் பெற்று நோயற்ற ஆரோக்கிய வாழ்வை பெற்று பேரின்பம்பெற அழைக்கிறோம்.

மானேஜர், **மூலிகை மணி.**

கே - எனக்கு வயது 37. ஆண்' மர்மஸ்தானத்திற்கு இருபக்கங்களிலும், தொடையிலும் தோல் நிறம் கருப்பாக மாறிவிட்டது. இரவில் தூக்கத்தில் அரிப்பு எடுக்கிறது. மீன், கருவாட்டுக் குழம்பு, கத்தரிக்காய் சாப்பிட்ட அன்று அரிப்பு கூடுதலாக இருக்கிறது. நானும் வேண்டிய இங்கிலீஷ் வைத்தியம் செய்தேன். பலன் ஒன்றும் காணவில்லை. இதற்கு ஏதாவது சிகிச்சை உண்டா?

ப - வேண்டிய இங்கிலீஷ் வைத்தியம் செய்தாகி விட்டது! பலன் காணவில்லை, பிறகுதான் மூலிகை வைத்தியம் பார்க்கலாம் என்று வந்தீர் போலும்! எவ்வளவு அறியாமை. மூலிகைகள் "கிள்ளுகீரை" என்ற மனப்பான்மை உள்ள வரையில் நாட்டில் வியாதிகள் மலிந்துதான் இருக்கும். உமது கரும்படைக்கு மீன், கருவாடுகள், உரம் போட்டது போல் மேலும் வியாதியை அதிகமாக்கும். இதை இங்கிலீஷ் வைத்தியர் சொல்லவில்லையா? உண்மையைச் சொன்னால் அவருக்கு வியாபாரம் போய்விடும்! மீன், கருவாட்டை பேஷாச் சாப்பிடலாம் என்றுதான் சொல்லி இருப்பார். நீங்களும் ஜமாய்த்து தள்ளிவிட்டீர் அல்லவா? ஆறு மாதம் உறைக்க, புளிக்கச் சாப்பிடுவதை விட்டு மோர், பால், நெய் தயிர், கீரை தினுசுக்கள், குளிர்ச்சியான பழ வகைகள் ஆகாரத்திலே சேர்த்து வாருங்கள். மீன், கருவாடு, மாமிச உணவு பக்கம் தலைவைத்தே படுக்கக் கூடாது. அதாவது கனவில் கூட கண்ணால் பார்க்காதே. அப்போதுதான் உனது கரும்படை நீங்கும். முடிந்தால் எமது "மகா மூலிகை எண்ணெ" யை 1 தடவை வரவழைத்துச் சாப்பிடும். பூரணமாகக் குணமாகும்.

கே - தமிழ் மருத்துவத் துறையில் தாங்கள் ஆற்றிடும் நற்பணிகளை இதழ்களின் வாயிலாக நன்கு அறிகிறேன். எனக்கு வந்துற்றிருக்கும் நோய்க்குத் தாங்கள் தான் தக்க மருந்து தெரிவிக்க வேண்டும்.

கடந்த இரண்டு ஆண்டு காலமாக என் உடல்நிலை பெரிதும் பாதிக்கப்பட்டுள்ளது. தனியே ஒரு பர்லாங் தூரம் சென்றால் மூச்சு வாங்குகிறது. நெஞ்சில் பாரம் ஏற்பட்டு நெஞ்சோடு சேர்த்து பெருமூச்சு விட நேருகின்றது. எந் நேரமும் சோர்வாக இருப்பதால் வேலைகளை விருப்பமுடன் கவனிக்க இயலவில்லை. சில சமயங்களில் படபடப்பு வந்து விடுகிறது. இரத்த ஓட்டம் வேகமாகச் செல்வது போல் இருக்கிறது.

கே- இத்தகு காரணங்களால் தனியே எங்கும் செல்ல அச்சமாக இருக்கின்றது. எனக்கும் திருமணம் ஆகிப் பத்து ஆண்டுகள் ஆகிவிட்டன. ஒரு பெண் குழந்தையும், ஒரு ஆண் குழந்தையும் உள்ளன. என் உடல் எப்போதும் ஒறறை நாடி சரீரம்தான். எப்போதும் 100 பவுண்டு எடைதான் உள்ளது. கூடுவதும் இல்லை, குறைவதும் இல்லை. மனைவிக்கு ஆஸ்த்மா நோய் உண்டு. அதன் அடி ஒற்றி தற்போது எனக்கு இத்தகு நோய் ஏற்பட்டிருக்குமோ என அஞ்சுகிறேன்.

என்பால் எத்தவிதக் கெட்ட பழக்கங்களும் இல்லை. பால் உணர்ச்சியில் அதிக ஈடுபாடும் இல்லை. சைவமும் தமிழும் போற்றிப் புரக்கும் குடிவழி வந்தவன் நான். எனவே மாமிசப் பழக்கமும் இல்லை.

இத்துணை இருந்தும் எனக்கு வந்துற்றிருக்கும் நோய் யாது என்பது தான் எனக்குப் புரியவில்லை. அடிக்கடி அச்ச உணர்வு தலைதூக்குகிறது. அச்சம் பிறந்தவுடன் உடலினுள் இரத்தம் வேகமாக ஓடுவது போல ஏற்பட்டு, மார்பில் பாரம் ஆகி மூச்சை நெஞ்சோடு சேர்த்து பெருமூச்சு விட வேண்டி உள்ளது. இறந்த செய்திகளைக் கேட்டாலும், பார்த்தாலும் இதயம் வேகமாக அடித்துக் கொள்கிறது.

இக் கோளாறுகளால் கடந்த இரண்டு ஆண்டு காலமாக அவதியுறும் நான், பல்வேறு ஆங்கில மருத்துவர்களை நாடினேன். அவர்களில் பலர் வைத்தியத் துறையில் சிறப்புப் பட்டமும் வெளிநாட்டுப் பட்டமும் பெற்றவர்களும் உண்டு. இரத்தம், மலம், சளி, மூத்திரம் (சிறுநீர்) அனைத்தும் பரீக்ஷை செய்து பார்த்து விட்டனர். எக்ஸ்ரேயும் (புகைப்படமும்) எடுத்துப் பார்த்தனர். பிளட் பிரஷரும் பார்த்தனர். எவ்விதக் கோளாறும் இரத்தத்தில் இல்லை. பிளட் பிரஷரும் இல்லை. மலத்தில் பூச்சிகள் இருப்பதாகச் சில மருந்துகள் தந்தனர். சிலர் உடல் பலவீனம்தான் என்கூறி 'பி-12' ஊசியும் ரிடாக்ஷன் ஊசியும் எழுத அதிலும் நிறையப் போட்டுள்ளேன். 'பி-12' அயர்ன் டானிக்குகள், வைட்டமின் ஏ, பி, சி, டி, மாத்திரைகளும் நிறையச் சாப்பிட்டுள்ளேன். ஜீரண கோளாறு வகைக்குரிய மாத்திரைகளும் சாப்பிட்டுள்ளேன்.

இல்லத்திலோ கிரகக்கோளாறு என்றிட்டனர். செந்தமிழ்க் கடவுள் முருகப் பெருமானைத் தினமும் துதித்துக் கொண்டுதான் உள்ளேன். இறுதியாக, எனக்குற்ற நோய் என்னவென்பதே எனக்குப் புரியவில்லை. தாங்கள் தான் இதனை நன்கு ஆய்ந்துத் தக்க மருந்து குறிப்பிடவேண்டும். நாளும் நற்றமிழ் முருகனைப் போற்றித் துதித்து நற்பணி ஆற்றிடும் தங்கட்கு இதுவே என் வேண்டுகோள். வணக்கம்.

ப - தெய்வீகப் பற்று நிறைந்த அன்பரே! கேளுங்கள், தற்காலம் உங்கள் கடிதம் போன்றே அனேக கடிதங்கள் வந்துள்ளன. சந்தேகம் ஊர்ஜிதம் என்றபடி இரண்டு ஆண்டுகளாக உமது உடலில் சீதோஷ்ண மாறுதலால் ஏதாவது உடல் கோளாறு உண்டானபோது உமது மனைவி ஆஸ்த்துமா நினைவுக்கு வரவே ஒருவேளை தொற்றிக் கொண்டதா? என்று சந்தேகம் கிளம்பிவிட்டது. இதனால் அமைதி இழந்த உமது மனம் பலவித ஆங்கில மருத்துவர்களை நாடி பலப் பல ஊசி மருந்துகளையும், மாத்திரைகளையும் விழுங்கிய உமது உடலில் பிறகுதான் சனியன் பிடிக்க ஆரம்பித்துவிட்டது! உண்மை இதுவே. இவ்விதமான நவீன மருந்துகளை ஆரம்பத்திலேயே சாப்பிடாமல், உணவு மருத்துவ முறையாகவே கையாண்டு இருந்திருப்பின் சீதோஷ்ண மாறுதல்களால் உண்டான கோளாறுகள் இயற்கையாகவே மறைந்து போய் இருக்கும். ஆங்கில மருந்துகளின் வெறித்தனம் உமது மனதிடத்தைக் குறைத்து விட்டது! ஆயாசம், களைப்பு, மூச்சுத் திணரல், மனச் சோர்வு, உடல் தொழில் மாறுதல்கள் ஆகிய யாவும் ஆங்கில மருந்துகளின் பின் விளைவுகளே. இதன் தீய விளைவுகள் நீங்க முதலில் சிறிது அருகம்புல் பச்சையாக எடுத்து மிளகு 6 இவை இரண்டும் சேர்த்து அறைத்து ஒரு சுண்டைக்காய் பிரமாணம் எடுத்து காலை, மாலை வெறும் வயிற்றில் 20 நாளைக்குச் சாப்பிடவும். பிறகு உங்கள் கடிதத்தில் 5-ம் பக்கத்தில் குறிப்பிட்ட நாரத்தை ஈர்க்கு, வேம்பு ஈர்க்கு, சுக்கு நிலவேம்பு கலந்து காய்ச்சிய கஷாயம் தினம் ஒருவேளை 12 நாளைக்குச் சாப்பிடவும். ஆனால் முதலில் அருகம்புல் கற்கம் சாப்பிட்ட பின்பு, நாலு நாள் கழித்து இரண்டாவது முறையை ஆரம்பிக்க வேண்டும். நிச்சயமாக உமது உடல் இதனால் பரிபூரண குணமாகிவிடும் என்பதை நம்புங்கள். வீண் சந்தேகங்களுக்கு மனதை அலையவிட வேண்டாம். ஆஸ்த்துமா ஒட்டுவாரொட்டி நோய் அல்ல. பழக்கத்தால் தூய்மையாக இருக்கும் உமக்கு ஒரு குறையும் வராது. முருகன் அமர்ந்துள்ள குன்றுகளுக்கு சென்று தரிசனம் செய்து வருவாயாக. ஆங்கில மருந்துகளில் உள்ள ஆசையை இனிமேலாகிலும் அடியோடு வெறுத்துத் தள்ளும். இறந்தாலும் தமிழ் மருந்துகளைத் தவிர இதர மருந்துகளை கண்ணாலும் பார்க்க மாட்டேன் என்ற உறுதிகொள். முருகன் திருவருள் முன்னின்று காக்கும். இது எனது அனுபவபூர்வ உண்மை.

வளமான தமிழிலே சொல்லு!

நிலையென்று எண்ணுதே வாழ்வை !
அழிகின்ற யாக்கையால் தாழ்வே !
அழியாத இன்பவுடல் ஈசன்
அளிப்பான் அவனடிவை பாசம்

பொல்லா வினைகளையும் ஓட்டும்
எல்லா நலன்களையும் கூட்டும்,
நல்லார் புகழ்ந்தேத்திக் காட்டும்
வல்லான் அடிவுளத்தில் நாட்டு !

சிவபக்தி நெஞ்சாரப் பண்ணு !
சிவாயநம மந்திரத்தை எண்ணு !
சிவபதத் தொண்டில்லை அனபு !
சிவனருள் உண்டுனக்கு நம்பு !

என்றும் அவன் புகழைப் பாடு !
நன்ரும் அவன் பாதம் நாடு !
குன்ரு தவன் கீர்த்தி பேசு
மன்ருடும் நாதனருள் வீசும் !

கள்ளம் மனதுவிடக் கண்டு,
உள்ளம் உருக அன்பு கொண்டு,
தில்லைச் சிவன் நாமம் உண்டு
எல்லாம் அவன் செயல்செய் தொண்டு !

அறிவோடு சிவபூசை கொள்ளு !
அழிவாகும் உலகாசை தள்ளு !
மறை நாலும் புகழ் கூத்தன் பள்ளு,
வளமான தமிழிலே சொல்லு !.

பழனி. ச. சுப்பிரமணியன்

கே - என்னுடைய வயது 18 நான் உடற்பயிற்சி செய்து உடலை நன்ருக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்னும் பிரியம் உள்ளவன். அதற்காக நான் கடந்த நான்கு அல்லது ஐந்து மாதங்களாக முட்டை, வெண்ணெய், பால் போன்ற சத்துப் பொருள்களை உண்டு வருகின்றேன். தினமும் மாலையில் உடற்பயிற்சியும் செய்துவருகின்றேன். ஆனல் உடலில் யாதொரு மாற்றமும் காணவில்லை. ஒரு வேளை அவைகள் சரியாக ஜீரணிக்கப்படவில்லையோ அல்லது நான் சரியான முறையில் சாப்பிட வில்லையோ தெரியவில்லை. ஆகவே நீங்கள் இந்தக் குறையை தயவுசெய்து நிவர்த்தி வைக்குமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன். மேலும் என்னுடைய பல்லில் பயோரியா வியாதி கண்டுள்ளது. கீழ்த் தாடையில் உள்ள முன் பற்களில் ஒன்று மிகவும் ஆடுகின்றது. அதன் கீழ் உள்ள ஈறு முழுவதும் அரித்துத் தின்றுவிட்டது. நான் பல அரசாங்க மருத்துவ மனைக்குச் சென்றும் யாதொரு நன்மையும் காணவில்லை. தாங்கள் அன்புடன் இதையும் நிவர்த்தி வைக்குமாறு கேட்டுக் கொள்கின்றேன்.

ப - நல்லவேளை கடைசியாக வயதை குறிப்பிட்டாயே! வாலிப உன் பிராயம் நல்வழிக்கு ஆதாரம். மகிழ்ச்சியே! மாலை வேளைகளில் உடற்பயிற்சி செய்வதை விட அதிகாலை 5-மணிக்கு எழுந்து சிறு ஓட்டம், தோப்புக்கரணம், தண்டால் போன்றவைகளைச் செய்வது சிறப்புடையதாகும். உணவு மாற்றம் தேவை. முட்டை வேண்டாம். ஒரு கை அளவு பச்சைக்கடலையை இரவு 1-குவளை நீர் விட்டு மண் பாண்டத்தில் ஊரபோட்டு வைத்து காலை தேகப்பயிற்சி செய்யு முன்பு நன்ருக மென்று தின்றுவிட்டு நீரைப்பருகி தேகப்பயிற்சி செய்த பின்பு கால் மணி சென்று குளித்த பின்பு எண்ணை கலவாத சிற்றுண்டி, கஞ்சி வகைகள், பால் அல்லது மோர் இவைகளை சாப்பிடவும். பல் தொந்தரவுகளுக்கு இந்த இதழில் 14-ம் பக்கம் பார்க்கவும்.

கே - "டாக்டர் அவர்களுக்கு விருதாசலம் கிருஷ்ணசாமி நாயுடு எழுதுவது. இவ்வூரில் வைத்திய மகாநாடு நடந்தபோது தாங்கள் என் கடையில் வந்து சற்று நேரம் பேசிக்கொண்டிருந்தீர்கள். தங்களுக்கு நினைவிருக்கும் என்று நம்புகிறேன் அப்போது என் பையன் விஷயம் பற்றி ஞாபக சக்திக்கு மருந்து கேட்டேன், தயார் செய்து கொடுப்பதாக சொல்லிப் போனீர்கள். பையன் 'இஞ்சினீரிங் காலேஜ்' படிக்கிருன். எனவே, தயவு செய்து அனுப்புங்கள். இங்ஙனம்:

ஆர். கிருஷ்ணசாமி நாயுடு,

ஸ்ரீ ஹரிகிருஷ்ணு ஸ்டோர்ஸ், ஜவுளி வியாபாரம், விருத்தாசலம்."

ப - ஐயா, நீங்கள் முழுக்க முழுக்க மோசம் போய்விட்டீர்கள். அடியேன் வேலூரை விட்டு எங்கும் போய் நோயாளிகளைக் கவனிப்பதே இல்லை. அதிலும் விருத்தாசலமே நான் பார்த்ததில்லை. உங்களையும் முன்பின் பார்த்தறியேன். விருத்தாசல வைத்திய மகாநாடு நடந்ததே எமக்குத் தெரியாது! இம்மாதிரி ஆள் மாருட்ட மோசடிகள் பல நடந்து வருவதாக கேள்விப்பட்டு ஒருசில மாதங்களுக்கு முன்பு 'தினமணி பத்திரிகையில்' **பொதுமக்கள் இந்த ஆள் மாருட்டம் செய்து வருபவர்களிடம் எச்சரிக்கையாக இருக்குமாறும் அறிக்கை விட்டும் இருக்கிறது.** இது மாதிரி ஆள் மாருட்டம் செய்பவர்களைப் போலீசில் புகார் கொடுத்து விசாரிக்கச் செய்வதால் மோசடிகளைத் தடுக்கலாம். மருந்துக்காக பணம் கொடுத்திருந்தால் அது ஏமாற்றம்தான். உங்கள் ஏமாற்றத்திற்காக மிகவும் வருந்துகிறோம்.

கே - அடுத்த இதழில் தயவு செய்து சுக்கு (சுப்பிரமணி) கட்டுரையைப் பற்றி எழுதுமாறு கேட்டுக் கொள்ளுகிறேன்.

ப - சுப்பிரமணி என்ற கட்டுரை ஏற்கனவே தினமணி சுடரில் தொடர்ந்து வந்தபோது வெளியாகிவிட்டது. எனவே அது எமது புத்தக வெளியீடாக மூன்றும் பாகம் அல்லது நான்காம் பாகத்தில் இடம் பெறும். அது சமயம் வாங்கி படித்து பயன் பெறுங்கள். ஒரு தடவை வெளியான மூலிகை மறுபடி மூலிகை மணியில் வெளிவராது.

கே - குழந்தைகளுக்கு கக்குவான் வந்தால் என்ன முறையை கையாளலாம்?

ப - கக்குவான் இருமல் வந்தால் 4 மிளகு போட்டு காய்ச்சிய கஷாயம் ஒரு சங்களவு எடுத்து அதில் பசுமையான தவனம் இடித்துப் பிழிந்த ரசம் 10 துளி விட்டு காலை மாலை குழந்தைக்கு 1 வாரம் புகட்டவும். கக்குவான் ஊரில் உள்ளபோது குழந்தைகளுக்கு வராமலே தடுக்க ஒரு தேக்கரண்டி சுத்தமான தேனில் 20 துளி பசுவின் கோமயம் (மூத்திரம்) விட்டு கலந்து உள்ளுக்கு கொடுத்துவிட கக்குவான் இருமல் தொற்றுமல் போகும்.

கே - கண் பார்வை மங்காமல் - கண்ணாடி போடாமல் இருக்க,

கண்களைப் பாதுகாக்க உணவுடன் கொள்ளும் கீரை தினுசுகளைக் கூறுங்கள்.

ப - பொன்னுங்காணி, மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணி, தூதுவளை, முசுமுசுக்கை, முருங்கை கீரை, மணித்தக்காளி, மஞ்சள் நிற முள்ளங்கி, வெள்ளை நிற முள்ளங்கி, நாயுருவி, மூக்கிரட்டை, அருகம்புல். போதுமா?

கே - ஐயா, அமிர்தம் போல் இனிக்கும் தங்கள் பத்திரிகையில் நஞ்சுவைப் போல் சினிமா பார்த்து கெட்ட பையனின் சோக வரலாற்றைக் கண்டு நான் திடுக்கிட்டுப் போனேன் இது போன்ற நஞ்சான விஷயங்களை பிரசுரம் செய்யாமல், நல்ல விஷயங்களை மட்டும் எடுத்துக் காட்டினால் போதுமென்று நினைக்கிறேன். தவருக எழுதியிருப்பின் மன்னியுங்கள்.

ப - திடுக்கிட்டுப் போனீரோ? ஏன் குற்றமுள்ள நெஞ்சுதான் குறு குறுக்கும்! அமிர்தம் எது, நஞ்சு எது, என்பதே உமக்கு விளங்கவில்லை போலும்! காதல் திரைப்படங்கள் நஞ்சா, அல்லது அதைப் பார்த்து தன்னைத்தானே கெடுத்துக் கொண்ட இளம் பிஞ்சு உள்ளம் நஞ்சா? எது சொல்லுங்கள் பார்ப்போம். கொடிய விஷம் என்று கருதப்படும் வஸ்துக்கள் கூட சிலவேளைகளில் மருந்தாகப் பயன்படும். அதுபோல நீங்கள் நஞ்சு என்று குறிப்பிட்ட விஷயம் பிள்ளைகளைப் பெற்ற பல பெற்ருேர் கண்டு இருப்பார்கள். இதில் 1000 பேர்களில் 10 பெற்ருேர்களாவது பிள்ளைகளை வளர்க்கும் நன் நெறியை கடைபிடிப்பார்கள் அல்லவா? நீங்கள் திடுக்கிடும்படி பதற்றம் அடைய காரணம்? நிச்சயம் நீங்கள் சினிமாத் துரையில் ஈடுபட்டுள்ளவராகத்தான் இருக்க முடியும்.

கே - என்னுடைய முழங்காலுக்கு கீழே உள்ள பாகத்தில் கண்டை சதையில் உள்ளங்கை அளவு சர்மம் வெளுத்துப் போயுள்ளது. ரோமங்களும் வெண்மையாக உள்ளது. வயது 26 பரம்பரை வியாதியுமல்ல. சென்ற ஆண்டு ஐப்பசி மாதம் கடுகளவு சிறியதாக தோன்றியது. ஊசிகளும் மருந்துகளும் போட்டு பணம் வீணுகியது தவிர ஒரு வருட காலத்தில் அதிக அளவிலும் பரவ ஆரம்பித்து விட்டது. தற்செயலாக மூலிகை மணியை எங்கள் ஊர் நூலகத்தில் கண்டேன். இதற்கு தக்க வழி கூறுங்கள்.

ப - இந்த வித நோய்க்கு எல்லாம் நேரில் கண்டுதான் தக்க வழி கூற இயலும். ஆயினும் வில்வக் காயை சந்தணக் கல்லில் போட்டு பால் விட்டு உறைத்து வரும் விழுதியை நாள்தோறும் தடவி வரவும். வெண்குட்டம் குணமாக உள்ளுக்குப் பலவித முறை உண்டு. வசதி இருப்பின் வேலூர் எமது வைத்தியசாலைக்கு ஒருமுறை வந்து காட்டி சிகிச்சை பெறலாம்.

கே - ஐயா, எனது சகோதரியின் மகள் வயது 16. இப்போது ருதுவாகி 3 வருடம் ஆகின்றது. இன்னமும் கலியாணம் ஆகவில்லை. ஒவ்வொரு மாதமும் மாதவிடாய் வரும்போது வயிற்றுவலி இருந்து வந்தது (இப்போதும் வயிற்றுவலி இருக்கிறது). மாதவிடாய் காலத்தில் சுமார் 2-மணி நேரம் வயிற்றுவலி ஜாஸ்தியாக இருக்கிறது. இதற்கு என்ன செய்யலாம்? தாங்கள் ஒரு நல்ல முறையை கூறும்படி கேட்டுக் கொள்ளுகிறேன்.

ப - மாதவிடாய் வருவதற்கு முன்பு நாலு நாளைக்கு தினம் காலையில் முருங்கை இலையை இடித்துப் பிழிந்த ரசத்தை வெறும் வயிற்றில் ஒவ்வொரு மாதவிடாய் காலத்திலும் கொடுத்துவர வயிற்றுவலி சில மாதங்களுக்குள் நின்றுபோகும். அப்படியும் நிற்கவில்லையானால் நேரில் பார்த்து சிகிச்சை செய்வதான் நல்லது.

அடுத்த இதழில்

தொடர் கட்டுரை ஆரம்பம்!

நமது நாட்டின் பழங்கால சித்தர்கள் அருளிச் செய்த "உடற்கூறு சாஸ்திரம்" ஆங்கிலமோ, அல்லது பிறமொழிகளோ கலவாத நல்ல தமிழில் பட விளக்கத்துடன் வெளியாகும் என்பதை மகிழ்வுடன் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

— மானேஜர், மூலிகை மணி.

கே - அன்புடையீர்! நான் சென்னை வாசி. கோடை காலத்தில் (ஏர் கண்டிஷன்) சீதோஷ்ண நிலை கட்டுப்படுத்தும் அறையில் இருந்து பழகிக்கொண்டேன். அதன் காரணத்தினால் எனக்கு மற்ற காலங்களில் சிறிது உஷ்ணத்தைக்கூட தாங்கிக்கொள்ள சக்தி இல்லை. மேலும் இந்த ஏர்கண்டிஷன் அறையில் இருந்த காரணத்தினாலோ என்னவோ எனக்கு ஜீரண சக்திகுறைவாக தென்படுகிறது. அதற்குமுன் இப்படியிருந்ததில்லை பசியும் மந்தப்பட்டு உள்ளது. இதைப் போக்க தங்கள் மேலான ஆலோசனையை தரவேண்டுகிறேன்.

ப - ஐயா, இயற்கையிலேயே இறைவன் நமக்கு எல்லாவித சாதனங்களையும் கொடுத்திருக்கும்போது, செயற்கையாக ஏர்கண்டிஷன் போன்ற வசதிகளைத் தேடுவது இயற்கைக்கு விரோதம் என்பதை தற்போது உங்களுக்கு ஏற்பட்டிருக்கும் உடல் கோளாறுகளே சொல்லாமல் சொல்லுகின்றன. அந்நிய நாகரீகத்தின் பயனாக பெருகி வரும் இந்த நவீன சாதனங்களால் சமுதாயத்திற்கு இன்னும் என்னென்ன தீமைகள் ஏற்பட இருக்கின்றனவோ? "உழைப்பாளி சுகம் பெற்றால் வரப்பு ஏறி செல்லமாட்டான்!" என்பது பழமொழி. அதுபோல செயற்கை சீதோஷ்ணக் கட்டுப்பாடு செய்து உங்கள் உடலுக்கு தீமையை உண்டாக்கிக் கொண்டீர்! இந்தக் கோளாறுகள் நீங்கவேண்டுமானால் அந்த ஏர்கண்டிஷனை நீங்கள் அறவே நீக்கிவிட்டு இயற்கையில் இருக்கவும், உடலுக்கு உழைப்பையும் கொடுக்கவேண்டும். இது ஆரம்பத்தில் உங்களுக்கு சகிக்கமுடியாத வருத்தமாகத்தான் இருக்கும். அதைப் பொறுத்துக் கொண்டால் எல்லாம் சரியாகி விடும். அஜீரணம், மந்தம் நீங்கி பசி உண்டாக வாரம் ஒரு நாள் உபவாசம் இருக்கவேண்டும். மற்றைய நாட்களில் எளிதில் ஜீரணமாகும் பொருட்களை அளவாக சேர்த்து வந்தால் உமது தொந்திரவுகள் நாளடைவில் சரியாகிவிடும். இதற்காக வேறு மருந்துகள் எதுவும் தேவையில்லை.

கட்டுரையாளர்களுக்கு :— நமது பத்திரிகையில் சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி, நோய்களைத் தீர்க்கும் அனுபவக் கட்டுரைகள், உடலியல் ஆய்வின் சிந்தனைத் தெளிவுகளுக்கே முதலிடம். மற்ற கதை, கவிதைகளுக்கு மூன்றாமிடமே என்பதைக் கருத்திலுணர்ந்து அனுப்புக. வெளியிடப்படும் கட்டுரை உரிமை அனைத்தும் மூலிகை மணிக்கே.

கே - புளி இரத்தத்தை முறிக்கும் என்கிறீர்களே, வேறு எதைப் பயன் படுத்துவது?

ப - புதுப்புளி, மாம்பழம் இவைகள் உடலுக்கும், குடலுக்கும் கெடுதலைத்தான் செய்யும். சூட்டைக் கொடுத்து இரத்தத்தையும் முறிக்கும் என்பது உண்மைதான். என்றாலும் பழைய புளி, (ஓராண்டு பழகியது) அளவுடன் சேர்க்க உடலுக்கும் குடலுக்கும் வலிவைத் தரும். தமிழ் வைத்தியர்கள் கூட பத்திய உணவுக்கு பழம்புளி சுட்டு சேர்க்கக் கூறுவார்களே! எனவே புளியைப் பற்றி நன்கு தெரிந்துக்கொள்ள விரும்பினால் அண்மையில் வெளியிட்ட **''நம் நாட்டு மூலிகைகள்''** இரண்டாம் பாகத்தை கண்டால் புளியமரக் கட்டுரை நன்கு விளக்கும்.

கே - எனக்கு வயது 23. க்ஷயரோகம் (டி.பி.) வந்துள்ளதுபோல் அறிகுறி தெரிகிறது. அதாவது சளி கட்டிக்கொண்டு வருகிறது. மேலும் ஒரு க்ஷயம் பிடித்த கிழவி இருமும் போது அருகில் உட்கார்ந்து இருந்த எனக்கு தொற்றிக் கொண்டது போல நினைக்கிறேன். இதற்குத் தக்க மருந்து கூறுங்கள்.

ப - தவறாக நினைப்பதால் அது நிகழக்கூடும். எனவே, ஏன் தொற்றிக் கொண்டதோ என்று நினைக்கிறாய்? எந்த நோயும் என் உடலில் தொற்றாது என்று நினைக்கக் கூடாதா? மனதின் பலஹீனமே உடலுக்கு மாறும். நினைப்பதை நல்லதாக நினைவுபடுத்து. சளி கரைய முசுமுசுக்கை இலையை நன்கு உலர்த்தி இடித்து தூள் செய்துகொண்டு (கால்) ¼ பங்கு திப்பிலியும் தூள் செய்து கலந்து காலை தேனிலும், மாலை பசும் பாலிலும் 20 நாள் சாப்பிட்டு வா. க்ஷயரோகம் இருந்தாலும் உன்னிடமிருந்து சொல்லிக்கொள்ளாமல் ஓடிவிடும், தைரியமாக இரு.

கே - மூலிகைகள் அவை வளரும் மண்ணைப் பொருத்து குணத்திலும், தன்மையிலும் மாறுபாடு இருக்குமா?

ப - உண்டு. ஆனால் அதன் விசேஷ குணங்களை எந்த மண்ணும் மாற்ற முடியாது! மண் வளத்தைப் பொறுத்து வளரும் மூலிகைகள் சொற்ப பலனையோ அல்லது மிகுதியான பலனையோ தான் தரும். மாறுபாடான குணங்கள் வராது. தன்மை அதாவது அதன் வளர்ச்சி மாறுபாடு உண்டு, ஆனால் குணங்கள் எப்பொழுதும் மாறாது.

—(சென்ற மர்தத் தொடர்ச்சி)

"நடமாடும் ஜீவ நஞ்சுக்கள்"

செய்கையில் பகுத்தறிவு கொண்ட மனிதர்கள் ஒருவர்க்கொருவர் கடித்துக்கொள்ளுவதாலும், இயற்கையில் தன் இனத்திற்குள்ளே பகைமை காட்டும் நாய் கடிகள், வெறிநாய் கடி, நரி கடி, பசு, குதிரை, பன்றி, கழுதை, ஆகிய நடமாடும் ஜீவன் கடிப்பதால் உண்டாகும் நஞ்சு குணங் களுக்கு பயங்கரமான தீய விளைவுகள் உண்டென்பதை :-

நாய் நரி மானிடர் பசுகா
ரானிருளி வெறியிரண்டி னடையியற்கை
யாய்ச் செயற்கை வழிகுணத்தி
னுலறிந்திட் டதற்கமைய வநுகூலித்தே
நீயுளமா கவடி வெண்மை
யனுபானப் படியளித்து நிலைக்கச் செய்தே
மாய் வுறுதே கத்தை மதி
தலத் திருத்தி யாயுண் மறை வன்மை யுள்ளோய்.

என்ற பாக்களில் குறிப்பிட்டமையினுலே, நாயின் வகையிலே மரநாய், கருநாய், பேய்நாய், வெறிநாய்களைக் குறித்தும், நரியின் வகைகளிலோ நுழை நரி, பெருநரி, குள்ளநரி, பேய்நரிகளையும் ஈண்டு குறிப்பதாகவே பொருள் கொள்ளல் வேண்டும்.

நாய் கடியில்: (1) செயற்கை வெறி நாய்கடி நஞ்சு (2) இயற்கை வெறி நாய்கடி நஞ்சு என இரண்டு வகைப்படும்.

நரி கடியில்: (1) செயற்கை வெறி நரிகடி நஞ்சு (2) இயற்கை வெறி நரிகடி நஞ்சு, எனவும்

மனிதரில்: (1) செயற்கை வெறியால் வந்த கடிநஞ்சும் (2) இயற்கை வெறியேறிய கடி நஞ்சும் ஆக இரண்டு வகைப்படும்.

பசுக்கள் அல்லது மாடுகள்: இதிலும் இயற்கை வெறி செயற்கை வெறி என்று இரண்டு விதமுண்டு.

எருமைக்கும்: இதுபோலவே இரண்டு விதமுண்டு.

பன்றிக்கும்: மேல்கண்ட மாதிரியே இருவிதம்.
ஆக பகுத்தறியும் மனிதன் முதல் பகுத்தறியா கால்நடை பிராணி வகை ஆறுக்கு பன்னிரண்டு நஞ்சுகள் உள்ளதாக மிகப் பழங்காலத்தின் சித்தர் விஷ ஆருடத்தில் கணிக்கப் பெற்றுள்ளது.

"செயற்கை வெறி"

செயற்கை வெறியிலும் இருவிதம் உள்ளது. ஒன்று உயர்திணையாக உள்ள மானிடர்கள் பகுத்தறிவால் ஆய்ந்து கண்டுபிடிக்கும் தீவிர நஞ்சுக் குணமுடைய மருந்துகளால் உடலில் சிறிது சிறிதாக பாய்ந்து அதனால வரும் வெறித்தனம். அஃறிணையாகிய நாய், நரி, பசு, எருமை, பன்றி இவைகளுக்கு செயற்கை வெறி உண்டாவது எங்ஙனமெனில், இவைகள் பசியால் அலைந்து திரிந்து நாபி, கலப்பைக் கிழங்கு, திகைப்பூண்டு போன்றவைகளை தவறி உண்ணுதலாலும்; சுடுகாட்டில் மழை பெய்து மண்டையோட்டில் தங்கிய நீரைக் குடிப்பதாலும் இவைகளுக்கு இயற்கை வெறி உண்டாகி எதிர்ப்படுவோரை கடிக்கும். சில பசுக்கள் சுடுகாட்டு எலும்பைக்கூட தின்று இம்மாதிரி வெறி ஏறுவதும் உண்டு. அந்தப் பசுக்களின் பாலைக் குடிப்பவருக்கும் இந்த செயற்கை வெறி உண்டாகும் என்பதை சித்தர்களின் பாடல் குறிக்கின்றன

"விஞ்சு வரனை தாரா நோய் மிகுத்துச் சுழலல் வெண்புள்ளி
துஞ்சி யலைந்து மலமருந்தல் சுடுகாடேகி யெலும்புண்ணிலிவ்
வஞ்சு வகையினுவின் பாலாகா தணுகிற் றிரிதோடம்
நெஞ்சி லடையுங் கயநோயா னிறைந்த வயதுங் குறைந்திடும்."

[அ. ப. சி.]

பகுத்தறிவற்ற பிராணிகள்தான் அறியாமல் சுடுகாட்டு மண்டையோட்டில் தங்கிய நீரையும் எலும்புகளையும் பலவித நஞ்சு குணமுள்ள பொருள்களையும் உண்டு செயற்கை வெறியை உண்டுபண்ணிக் கொள்ளுகின்றன. நாளடைவில் அது வெறியாக ஏறி ஆயுள் குறைந்து கத்தி பிற ஜீவன்களுக்கு தொல்லை கொடுத்து தானும் அழிந்துவிடுகின்றது.

ஆனால், இவைகளுக்கு இறைவன் அருளால் செயற்கை வெறி ஏற்படுவது அபூர்வமே! தற்போது இயற்கை வெறி மனித சமுதாயத்தையே பிடித்து ஆட்டுவிக்கின்றது என்றால் மிகையல்லவே! நவீனம் நாகரீகம், முன்னேற்றம் என்ற பாதையிலே புதுப் புது ஆராய்ச்சிகள்! புதிய புதிய மருந்துகள்! அதுமட்டுமா? புதுப் புது வியர்திகள்! அவைகட்கு புதிய மோஸ்தரில் நவீன பெயர்கள், இப்படி மனிதன் முன்னேற்றம் கண்டுவிட்டான்! இதனால் பலன் என்ன என்றால் வியாதிகளை நீக்குவதற்குப் பதிலாக இந்த நவீன மருந்துகள் உடலில் ஆழ்ந்து வியாபித்து, மனிதனுடைய அபிலாசைஷகளை, ஆவல்களைத் தூண்டி மனதை இயற்கை பாதையிருந்து திருப்பி வெறிகொள்ளச் செய்து விடுகிறது. பகுத்தறிவில்லாத பிராணி செயற்கை வெறி பகிரங்கமாக தெரிந்து விடும். அவை நேரிடையாகத்தாக்கும். ஆனால் பகுத்தறியும் தன்மை படைத்த மானிட வர்க்கத்திற்கு தற்காலம் நவீன மருந்துகளால் ஏறும் வெறி, குயுக்தி படைத்ததாகிவிடுகிறது. சுயநலத்திற்காக பல்லாயிரக் கணக்கானவர்களையும் கூட இந்த மனித வெறி நாசமாக்கிவிடுகிறது. கென்னடியைக் கொன்றவன், மகாத்மாவைக் கொன்றவன் ஆகியோர்களுக்கெல்லாம் இத்தகைய நவீன மருந்துகளின் வெறி செய்கையாகத்தானிருக்கும் என்பதை அவர்கள் வாழ்க்கை சரிதத்தை ஆய்ந்தால் நன்கு விளங்கும். இது மட்டுமல்ல, இன்று உலகெங்கும் நடந்துவரும் வல்லரசுக்களின் யுத்த வெறிகளும்கூட நவீன உணவு ஒழுக்கமும் நோய்களுக்கு கண்டுபிடிக்கும் புதுப் புதுமாதிரியான விஞ்ஞான மருத்துவ முறைகளுமே மனித சமுதாயத்தை வெறிகொள்ளச் செய்து ஆட்டுவிக்கின்றது. எனவே செயற்கை வெறியால் அஃறிணை ஜீவன்களை விட உயர்திணையான மனித சமுதாயத்திற்கே அதிகம் பரவிவிட்டது என்றால் அது மிகையாகாது.

"இயற்கை வெறி குணம்"

இயற்கை வெறி என்பது அஃறிணை ஜீவன்களுக்கு பிறவி காரணத்தாலும், உணவு குற்றத்தாலும் கடுமையான வெய்யில் போன்ற சீதோஷ்ண மாறுதல்களாலும் குறிப்பிட்ட காலத்தில் வழி வழியாக உண்டாவதுமாகும்

(தொடரும்)

அத்வைதம்

தொ. பொ. மீனுட்சிசுந்தரனுர்,
[எம். ஏ., பி. எல்., எம். ஓ. எல்.,]

தமிழ் நூல்களில் மிகப் பழமையானது தொல்காப்பியம். இது கிறிஸ்து பிறப்பதற்கு முன்னரே எழுந்தது. இதற்கு உரை எழுதிய நச்சினுர்க்கினியர் இங்கு அத்வைதக் கொள்கையைக் காண்கின்ருர்; காஞ்சித்திணைச் சூத்திரத்தில் வரும் 'பாங்கரும் சிறப்பின்' என்ற சொற் ருெடர் துவைத மற்ற கைவல்ய மோட்ச நிலையையும், பாடாண் திணையில் வரும் கந்தழி என்பது மற்ருெரு பற்றுக்கோடு வேண்டாது தன்னிற்றுனே ஒளிரும் பிரமத்தையும் குறிப்பதாகக் கருதுகின்ருர். 'மெய்யினியக்கம் அகரமொடு சிவனும்' என்று எழுத்ததிகாரம் கூறுவது, "எழுத்துக்களில் அகரமாகின்றேன்" என்று கீதை கூறும் கருத்தே ஆகும்.

கிறிஸ்தவ சகாப்தத்தின் தொடக்கத்திணைச் சுற்றிப் பிறந்த சங்க நூல்களிலும் அத்வைதக் கொள்கையை இந்த உரையாசிரியர் காண்கிருர். திருமுருகாற்றுப் படை பிரமோபதேசமாகும். "புலம் பிரிந்து உரையும் செலவு", "உலகத்து ஒரு நீயாகத் தோன்ற" என்ற தொடர்களை அவர் வற்புறுத்துகின்ருர். மதுரைக் காஞ்சியில் 'நின்னுேடு முன்னிலை எவனுே?' (ஆன்மாவாகிய நினக்கு உன் முன் நிற்கும் உலகப் பொருள்களோடு என்ன உறவு?), 'கெடுக நின் அவலம்' (நின் மாயை கெடுவதாக) 'கொன் ஒன்று' (பெரிதான அத்வைதம் பிரமம்) 'கொல்லாஜ் நல்லாசிரியர் புணர்கூட்டுண்ட' (பிரம வித்துக்கள் பிரமானுபவக் கொள்கையை அனுபவித்த) என்று வருவன எல்லாம், வேதாந்தமே, பேசுவனவாக உரை கூறுகிருர். பரி பாடலில் வரும் கடவுள் வாழ்த்துப் பகுதிகள் அத்வைத அனுபவத்தின் எதிரொலிகள் பல கொண்டு விளங்குகின்றன. ஆனுல் அங்கு வரும் இந்த உரைகளை ஒப்புவதில்லை.

திருக்குறளின் முதற் குறள் அத்வைதமே பேசுகின்றது என்பது பற்றிய போராட்டம் சென்ற நூற்ருண்டில் எழுந்தது. துறவியலின் ஞானப் பகுதியில் அத்வைதிகள் தங்கள் கருத்திணைக் காண்பது அருமை யன்று. சார்பு கெட ஒழுகுதல், எப்பொருள் எத்தன்மைத்தாயினும் அப் பொருள் மெய்ப்பொருள் காண்டல், வாய்மை வேண்டல் (சோகம் பாவனை)

இருள் (அவிச்சை) முதலிய குறிப்புகள் அதற்கு வாய்ப்பானவை, பொது நூலாகச் சிறந்தது எவருக்கும் இடங்கொடுப்பதில் வியப்பில்லை.

அனுபூதிமான்களின் காட்சி அத்வைதக் காட்சியே. அவர்கள் பாடலுக்குப் பொருள் கொள்வோரும் அத்வைதம் என்ற சொல்லுக்குப் பல் பொருள் கொள்வது போலப் பலவகையாகப் பொருள் கொள்வதும் இயல்பே. ஆழ்வார்களும் நாயன்மார்களும் அருளிச் செய்த நாலாயிரமும் பன்னிரு திருமுறைகளும் அனுபூதிப் பாடல்களாகும். உபநிடதம் போல, இவை தென்னுட்டின் திருமறைகள். சைவர்களும், வைணவர்களும் இவற்றைத் தங் கொள்கையின் ஆணிவேராகக் கொள்வது போல அத்வைதிகளும் கொள்கின்றனர். தத்துவராயர் தம்முடைய பரணிகளில் இவற்றைப் பொன்னே போல் போற்றிக் கையாள்வதனைக் காணலாம்; அவர் திரட்டிய பெருந்திரட்டில் அனுபூதிப் பணையில் இந்த அனுபூதிப் பாடல்களே நிறைந்திருக்கக் காணலாம்.

நச்சினுர்க்கினியரும் திருவாசகப் பாடல்களை அத்வைதப் பாடல்கள் என எடுத்துக் காட்டுவார். "எல்லாம் பிரமம்; எல்லாம் நான்; எல்லாம் மித்தை; என்பவற்றில் எல்லாம் பிரமம் என்பது எங்கும் பேசபடக் காண லாம். "பூத்தாரும் பொய்கைப் புனலிதுவே எனக்கருதிப் பேய்த்தேர் முகக் குறும்பேதை குணமாகாமே" என்பது எல்லாம் மித்தைப் என்பதனை வற்புறுத்துகின்றது என்பர் அத்வைதிகள். **சிவமாக்கி எனையாண்ட, நீயலால் பிறிது மற்றின்மை, ஒன்று நீ அல்லை அன்றி ஒன்றில்லை** என்ற பகுதிகளையும் எடுத்துக் காட்டுவர். பிற மதத்தினர் இவற்றிற்கு வேறு வகையாகத் தங்களுக்கு ஏற்பப் பொருள் கொள்வர். மாயாவாதச் சண்ட மாருதம் என வரும் பகுதி பௌத்தம் முதலிய பிற மதங்களைக் குறிப்பதாகவும் கொள்வர். இவ்வாறு பிற அருளிச் செயல்களிலிருந்தும் எடுத்துக் காட்டலாம்.

சங்கரரே அத்வைதக் கொள்கையை உருப் படுத்தியவர். இவர் பிறந்தது மலையாள நாட்டுக் காலடி என்னுமிடம் சிதம்பரத்தில் பிறந்தார் என்று சொல்வாரும் உண்டு. மலையாள நாடு, தொல்காப்பியர் கால முதல் சேரமான் பெருமாள் நாயனுர், வேணுட்டடிகள் முதலியோர் காலம் வரை மிகச் சிறந்த தமிழ் நாட்டுப் பகுதியாகவே விளங்கியது. ஆதலின் சங்கரர் தமிழ் நாட்டவரே. அவர் தந்த கொள்கை அந்த வகையில் தமிழ் நாட்டுப் புதையலே. ஆம்! சௌந்தரிய லகரி அவர் பாடியதனுல், அதில் திராவிட சிசுவெதை திருஞான சம்பந்தப் பிள்ளையாரை புகழ்ந்து பாடி, அவர் பாடல்களின் இனிமை பெருமைகளில் மனமுருகி ஈடுபடுகின்ற இவர்,

தமிழை நன்குணர்ந்தவராதல் வேண்டும். திருஞான சம்பந்தர், "ஈருயத் திசை தானாய் வேறாய் உடனானான், "தனதுரை எனதுரையர்க" எனப் பாடும் இடங்கள் அத்வைதிகள் பாராட்டும் இடங்கள். சங்கரர் நிலை நாட்டிய காமகோடி பீடம் காஞ்சியிற் பிறந்து இன்றளவும் அத்வைதக் கொள்கையை வளர்த்து வருகிறது. தமிழ்நாட்டுச் சுமார்த்த பிராமணர்கள் பிறப்பாலே அத்வைதிகள் என்ற நிலைமை ஏற்பட்டுள்ளதன்றோ?

அத்வைதக் கொள்கை இந்திய நாடு முழுவதும் பரந்த பெருமை பெற்றாலும் தமிழ் நாட்டில் வேரூன்றி வளர்ந்ததற்கு இதுவே சிறந்த சான்றாகும். பல பல நுட்ப வேறுபாட்டுடன் தழைத்துக் கிளைத்து இது இங்கு வளர்ந்தோங்கியது என்பதனை அப்பைய தீட்சிதரது சித்தாந்த லேச சங்கிரகம் தெளிவுறுத்துகிறது. அண்மைக் காலம் வரை அத்வை தத்தை வளர்த்து வடமொழி நூல்களும் தமிழ் நாட்டில் தோன்றி வந்த மைக்குத் திருவாரூரில்பிறந்த தர்மராஜதீட்சிதரது வேதாந்த பரிபாஷையை எடுத்துக் காட்டலாம். வித்தியாரண்யரது நிழலில் தோன்றிய விஜயநகரப் பேரரசு தமிழ் நாட்டிலும் பரந்தபோது, வித்யாரண்யரது கருத்துகள் பெரு வழக்குப் பெற்றுத் தமிழர் மனத்தினையும் கவர்ந்திருத்தல் வேண்டும். கோவிந்த தீக்ஷிதர் முதலானோர் தமிழ் நாட்டரசர்களது அமைச்சர்களாய் அத்வைதக் கொள்கையை வளர்த்த வரலாறும் உண்டு.

(தொடரும்)

உ

ஸ்ரீ ராஜ பூஜித மகான்

ஸ்ரீ குழந்தையானந்த சுவாமிகள் திவ்யசரிதம்.

ஸ்ரீ K. S. V. ரமணி அவர்கள் எழுதிய

புத்தகம் விலை : ரூபாய் 2-00

கிடைக்குமிடம் :- தபால் செலவு தனி.

ஸ்ரீ குழந்தையானந்த சுவாமிகள் சத்சங்கம்

357. பைகிராப்ட்ஸ் ரோட், சென்னை-14.

உ

தண்டனை யாருக்கு?

குற்றம் செய்பவர்களில் பாட்டாளியும் உண்டு. பணம் படைத்தோரும் உண்டு. பணம் படைத்தோர் தன் செல்வாக்கால் ஆதரவு தேடி குற்றத்தை மறைத்து விடுகின்றார்கள். பணம் பாதாளம் வரை பாய்கிறது! ஆனால் ஏழைப் பாட்டாளிக்கோ இந்த வசதிகள் இன்றி தவிக்கிறான். அவனால் குற்றத்தை மறைக்க முடிவதில்லை. அவனுடைய வறுமையும் தரித்திரமும் அவனை சட்டத்தின் முன்னே கொண்டுவந்து நிறுத்துகிறது.

உதாரணமாக செல்வந்தர்கள் கள்ளச் சாராயத்திற்கோ, அல்லது மட்டரகமான குடிபோதைகளுக்கோ ஆவல் கொள்ளமாட்டார்கள். பிராந்தி விஸ்கி, ஜின், போன்ற உயர்தர போதை வஸ்துக்கள் அவர்கள் விரும்பிய இடத்திற்கு தேடி வருகின்றன. ஆனால் ஏழைப் பாட்டாளி இவைகளைப் பற்றி கனவுகூட காணமுடியாது. நாள் பூராவும் உழைத்துப் பாடுபட்ட பாட்டாளி கள்ளச் சாராயம், ஸ்பிரிட் போன்றவைகளை நாடுகிறான். இப்படி குடித்த பாட்டாளியைத்தான் சட்டம் (போலீஸ்) அவனைக் குற்றவாளியாக்கி அபராதம், சிறை ஆகிய கொடுந் தண்டனைகளை அனுபவிக்கச் செய்து விடுகிறது.

பாடுபட்டு நாட்டின் செல்வத்தைப் பெருகவைக்கும் பாட்டாளிகள், விவசாயிகள் ஆகியவர்களே இந்தச் சட்டத்திற்கு இலக்காகிறார்கள். இந்த சட்டத்திலிருந்து தப்பித்துக்கொள்ள - சுகபோகத்திலுள்ள செல்வந்தர்கள் டாக்டர்களிடம் சர்டிபிகேட்டுகளைப் பெற்று நிரந்தரமான **லைசென்ஸ் குடியர்களாகி விடுகிறார்கள்!** எப்படி நம் நாட்டில் உற்பத்தி பெருகும்? சிந்தித்துப் பாருங்கள்! **தண்டனை யாருக்கு?**

உ

முருகா.

இலட்சியவாதி

மு. பெருமாள்

(சென்ற மாதத் தொடர்ச்சி)

மக்கள் சமுதாயம் இதனைச் சிந்தித்துச் செயல்பட வில்லையே? எங்ஙனம் உலகில் அமைதி நிலவும்? உருவத்தில் மனிதனாக இருந்து வாழ்ந்து பயன் என்ன? உள்ளத்தில் மனிதனாக வாழவேண்டும்.

கொல்லா விரதமொன்று கொண்டவரே நல்லோர் மற்று
அல்லாதார் யாரோ அறியேன் பராபரமே.

எவ்வுயிரும் என்னுயிர்போல் எண்ணி யிரங்கவும் நின்
தெய்வ அருட்கருணை செய்யாய் பராபரமே.

தயவே உருவான தாயுமானத் தவப்பெரியார் மனித சமுதாயத்துக்கு எச்சரிக்கைதெரிவித்துள்ளார் மாமிச உணவு குறித்து. வடலூர் வள்ளலாரும் ஜீவகாருண்யமே மனிதர்கள் உய்யவேண்டிய வழிமுறை. வேறு வகையில்லை. வாழ எண்ணும் மனிதர்கள் எல்லாவுயிர்களிடமும் இரக்கம் காட்ட வேண்டும். இல்லையேல் உய்வில்லை என்கிறார்.

மற்ற உயிர்களிடம் கருணை காட்டினால்தான் கடவுள் உனக்குக் கருணை புரிவார் என அருள்மொழியரசர் திருமுருக. கிருபானந்தவாரியார் சுவாமிகள் மனித சமுதாயத்துக்கு எச்சரித்துள்ளார்.

எத்துணை கல்வி, செல்வம், தானம், தருமம், புண்ணியம், புகழ் அறிவு, ஆற்றல், ஜபம், தவம் இருப்

பினும் ஜீவகாருண்யம் ஒன்றுமட்டும் இல்லையேல் அத்தனையும் பயனில்லாதழியும். இவ்வுண்மையை எண்ணி மனித சமுதாயம் திருந்தட்டும். இல்லையேல் ஈடேற்றம் பெற முடியாது. இது திருவாக்கும், குருவாக்குமாகும். எனவே மாமிசத்தை குழந்தை முதலே அறவே ஒழித்து விடுக.

சுவாமி! அடங்காமல் துஷ்டத்தனம் செய்யும்போது என்ன செய்யலாம்? தாயே! பெற்றோர்கள் சுபாவம் குழந்தைக்கு கருவிலேயே பதிவாகிவிடும். எனவே 5 வயதுக்குள் உள்ள குழந்தைகளை அடிப்பது போல் அதட்டி அடிப்பது போன்று பாவனை செய்து திருத்த வேண்டும். அடிக்கக் கூடாது. அடிப்பதால் திருந்துவதில்லை. புத்தி அறியும் குழந்தைகளை அடிப்பது போல் பயமுறுத்த வேண்டும். திருந்தவில்லையெனின் அவர்களை அதட்டி பிள்ளையார் முன்பு தோப்புக்கரணம் போட செய்ய வேண்டும். நாளடைவில் நல்லபடியாக திருந்தி விடுவார்கள். மாதா, பிதா, குரு, தெய்வம் நால்வரிடமும் மிக்க பக்தியோடும், பணிவோடும் நடந்து கொள்ளுமாறு பழக்கவேண்டும். அப்படியும் பெற்றோர்களால் திருத்த முடியவில்லை எனின்; நல்ல ஆசிரமங்களில் சேர்த்துக் கல்வி, ஒழுக்கம் முதலானவைகளைப் பயிலுமாறு செய்யவேண்டும். சாத்மீகமாகவே பழக்க வேண்டும். கோபித்தும், கெட்ட வார்த்தைகளையும் கூறுதல் கூடாது. அன்புக்குப் பணிவது போல், அடிக்குப் பணியார்கள்.

கண்ணில் சதை வளருதல், நீர் அருகல், கண் கோளாறுகள் நீங்க

வில்வ விதை, பாதம் பருப்பு சம அளவு சேர்த்து அறைத்து பில்லை தட்டி, பித்தளை தாம்பாளத் தட்டில் வைத்து வெய்யிலில் வைக்க இதிலிருந்து எண்ணெ வழியும். அந்த எண்ணெயை சுத்தமாக புட்டியில் எடுத்து வைத்துக்கொண்டு ஒரு குச்சியில் தொட்டு கண்ணுக்கு மை போல் தடவி வர கண் சம்மந்தப்பட்ட நோய்கள் யாவும் தீரும்.

மறு மணம்

இது சமயம் ஒருவர் தம் இளம் பெண்ணுடன் வந்து இலட்சியவாதியை வணங்கி நின்றார்.

என்ன செய்தி?

இக் குழந்தை எனது மகள். அடிக்கடி அஜீரண பேதி, வயிற்று வலி வருகிறது. ஏதேனும் தக்க சிகிச்சை முறையை அறிவிக்க வேண்டுகிறேன்.

கருப்பு வெற்றிலையில் சுண்ணும்பு தடவி 20 மிளகு போட்டு இரண்டையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து கசக்கி வெற்றிலை திப்பி போனதும் மிளகை வறுத்துக் கஷாயம் செய்து அதில் சர்க்கரை, நெய் விட்டுச் சாப்பிடவும் குணமாகும்,

மிக்க மகிழ்ச்சி இங்ஙனமே செய்கிறேன். இக் குழந்தைக்கு இப்போது வயது 12. கடந்த ஆண்டுதான் கலியாணம் ஆனது. உடனே கணவன் மாண்டுவிட்டான் சிறுவயதில் கைம்பெண்ணாகி விட்டாள். வாழ்வில் ஈடுபடாத விதவை சமூகம் இடமளித்தால் மறுமணம் செய்யலாமா?

பெண்களுக்கு 18 வயதிலும், ஆண்கட்கு 25வயதிலும் திருமணம் நடத்த வேண்டும். இந் நியதிக்கு உட்பட்ட திருமணம் உத்தமமான முறையாகும். பால்ய விவாகம் பாவமாகும். ஆணோ, பெண்ணோ வாழ்க்கையில் திருமணம் என்பது ஒரு முறைதான் அற நீதியாகும். இருவரில் அதாவது தம்பதிகளில்

சிறுவர்களுக்கு உண்டாகும் திமிர் பூச்சிகள் நீங்க

பப்பாளி காயின் பால் 2 கிராம், 4 அவுன்ஸ் வெந்நீர் அல்லது பசும் பாலில் கொடுத்து மூன்று மணி நேரம் கழித்து ஆமணக்கு எண்ணெ 1 கரண்டி கொடுக்க வயிற்றில் உள்ள பூச்சிகள் யாவும் வெளியே வந்து விழும்.

ஒருவர் மாண்டால் மற்றவர் துறவு வாழ்க்கை (கைம்பெண் வாழ்க்கை) தான் வாழவேண்டும் என்பது நீதி வழியாகும். எக்காரணத்தைக் கொண்டும் ஆணோ, பெண்ணோ மறுமணம் செய்து கொள்வது கூடாது. கூடாது, கூடாது கண்டிப்பாய் கூடாது என முக்காலும் இயம்புவேன். விதவை நிலைமை நேர்வது முன்னை ஊழ்வினையால் நேர்ந்த தண்டனையாகும்.

உதாரணமாக ஒருவன் திருடிவிட்டுச் சிறை தண்டனை விதிக்கப்பட்டான். சிறை தண்டனையைக் கண்டு வருந்தி, என்னால் இத்துன்ப வாழ்வை ஏற்றுக்கொள்ள இயலாது என்றால் விடப்படுமா? சிறையில் இருந்து தப்பித்துக் கொண்டு ஓடிவிட்டு வேறு ஒருவரைக் கத்தியால் குத்திவிட்டால் சிறைத் தண்டனை ஒழியுமா? கூடுமா? சிந்திக்கவும். ஏற்கனவே செய்த குற்றத்திற்காக ஏற்படும் தண்டனையை அனுபவித்தால் தீருமேயல்லாது, மேலும் தவறு செய்தால் குற்றம் வளரத்தானே செய்யும்?

எனவே இச்சிறு வயதிலேயே இப்பெண் புருஷனை இழந்தாளெனின், முற்பிறவியில் செய்த தவறுக்காக நேர்ந்தத் தண்டனை என்பதனை உணர்ந்து அனுபவிக்க வேண்டுமேயல்லாமல், மேலும் மறுமணம் என்னும் குற்றத்தில் ஈடுபட்டுத் துன்பத்தை வளர்த்துக் கொள்ளக்கூடாது. துன்ப வாழ்வு தீரவேண்டுமாயின் வினைந்ததை அனுபவித்து, மேலும் தரும நியதியை அனுசரித்து வாழ முயல வேண்டும். நீதி என்பது மனித சமுதாயத்துக்கு பொது விதியாகும். ஆணுக்கு ஒரு நீதி, பெண்ணுக்கு ஒரு நீதி என்பதன்று. இந்த இளம் பெண்ணை விதவையாக்க வேண்டும் என்பது இறைவனுக்கு வஞ்சனையா? வினைந்தத் தண்டனையை விருப்பு வெறுப்பின்றி ஏற்றுத் தம்மைத் திருத்திக்கொண்டு தூய்மை பெற முயல வேண்டும். மேலும் மறு மணம் செய்துக்கொள்வது குளிக்கச் சென்று சேற்றைப் பூசிக் கொள்வதற் கொப்பாகும். இன்பம் பெறலாம் என ஈடுபட்டுத் துன்பத்தைத் நாமாக வரவழைத்துக் கொள்வதாகும். தரும நியதிக்கும், கற்பின் விதிக்கும், ஒழுக்கத்திற்கும் உண்மைக்கும் மாறுபாடு செய்வதாகும் மறுமணம். ஆகவே கைம்பெண் கோலத்தோடு தியாக வாழ்வை மேற்கொண்டு, கன்னியர் குரு குலத்தில் தொண்டாற்றுமாறு இப் பெண்ணைச் சேர்ப்பித்து விடுக என அவர்களை அனுப்பி வைத்தார்.

(தொடரும்)

பீறிட்டு வரும் இரத்தம் நிற்க!

மாசிக் காய்களைச் சுட்டு கரியாக்கி தூள் செய்து வைத்துக்கொண்டு ரத்தம் பீறிட்டு வரும் வெட்டுக்காயத்தின்மேல் வைக்க அவை நிற்கும்.

"பட்டினி கிடத்தல் - பரம மருந்து"

திருமதி பங்கஜம் ராஜகோபால்

(உண்ணு நோன்பு)

உணவு ஒழித்தல் நோயுற்றவர்கட்குச் சிகிச்சையாகவும், நோய் அற்றவர்களுக்கு உடற்கூற்றினை கட்டுப்படுத்துவதாகவும் நீண்டகாலமாக அனைவராலும் ஒப்புக்கொள்ளப் பட்டுள்ளது.

உணவு ஒழித்தலை (லங்கனம்) உடற் குற்றங்களை (தோஷங்களை) அகற்றுகிறது. காய்ச்சல் (சுரம்) இதனால் அது அகன்றுவிடுகிறது. நோயற்றபொழுது உண்ணாமை ஆரோக்கியத்தை சரிசெய்தும், உடலின் பளுவைக் குறைத்தும், நரம்பு ஒழுங்கினை உறுதிப்படுத்தியும், உணர்வையும், ஊக்கத்தையும் ஊட்டுகிறது. லங்கனத்தின் பொழுது நீர் பருகுதல் ஒப்புக்கொள்ளப் பட்டுள்ளது.

உண்ணாமை (லங்கனம்) அபான வாயு சரியாகும் வரை கைக்கொள்ள வேண்டியது. அபானன் சரியாகிவிட்டதென்பதை மல மூத்திரங்கள் தடையின்றி இறங்குவதிலிருந்து தெரிந்துகொள்ளலாம். இது உடலின் பளுவைக் குறைத்து, இதயத் துடிப்பினைக் கட்டுப்படுத்தி, தடையற்ற ரத்த ஓட்டத்தினைத் தந்து வாய், தொண்டை இவைகளை சுத்தம் செய்து, ஜீரண சக்தியை திரும்பப் பெறவும் உதவுகின்றது. இந்த உடல் கூறுகளைக் கொண்டு உடல் சரியாகி விட்டதென்பதை அறிந்து உணவு கொடுக்கலாம்.

லங்கனம் முடிக்க வேண்டிய நேரத்தில் முடிக்கப் படாவிட்டால் குமட்டலும், வாய், தொண்டை, மார்பு இவைகள் நிறைந்திருப்பது போன்ற உணர்ச்சியுமிருக்கும். அது கால அளவுக்கு மேற்பட்டால் தசைகள் அளவுகடந்து சுருங்கி, உடல் முழுவதிலும் வலியும், எலும்புப் பூட்டுகளில் அளவற்ற வலியும், இருமலும் வாய்ப்புண்ணும், பெற்ற ஜீரண சக்தி திரும்பவும் அழிதலும், கடுமையான நீர் வேட்கையும், கண்களில் அயர்ச்சியும் (கண் இருண்டு விடுதல்) காதிரைச்சலும் உண்டாகும்.

உணவொழிதல் (பட்டினி) எப்பொழுதும் நோய்களுக்கு காரணமாகி விடக்கூடாது. அப்படி யாகிவிட்டால் அது உடலை பலவீனப்படுத்து வதுடன் நோய்களை எதிர்க்கும் இயற்கையான சக்தியையும் குறைத்து விடுகின்றது.

கீழ்காணும் சுரங்களின் பொழுது பட்டினி தவிர்க்கப்பட வேண்டும். (1) தாதுக்களின் அழிவால் உண்டாகும் காய்ச்சல், (2) உணர்ச்சி மேன் மையால் உண்டாகும் காய்ச்சல், (3) உடல் வருந்த உண்டாகும் காய்ச்சல் (4) அடிபட்டு உண்டாகும் காய்ச்சல் இவைகளாம். சித்த சுவாதீன மில்லாதவர்களிடத்தும் லங்கனம் கைக்கொள்ளக் கூடாது. இதுபோலவே பசியுள்ளவர்களிடத்தும் நீர் வேட்கை யுள்ளவர்களிடத்தும் லங்கனம் கூடாது. வழக்கம் போல சிறுவர், முதியோர் பலவீனமானவர்களுக்கும் இது கூடாது.

உண்ணு நோன்பிற்குப் பின் சிறிது சிறிதாக எளியதும் விரைவில் ஜீரணமாகக் கூடியதுமான உணவே உட்கொள்ளப்பட வேண்டும். அதாவது பயற்றங்கஞ்சி அல்லது அரிசிகஞ்சி குறைந்த நாட்கள் லங்கனம் இருந்து வந்தவர்களுக்குத் தரப்பட வேண்டும். சிறிது அதிக நாட்கள் இருந்தவர்களுக்குக் கஞ்சியுடன் தீபன. பாசன (ஜீரணம் செய்விக்கும் ஓர் வகை வெப்பம், ஜீரண சக்தி) சக்தி வாய்ந்த மருந்துகளுடன் கலந்து தரப்பட வேண்டும். நீண்ட நாட்கள் உண்ணு நோன்பு நோயற்றவர் களுக்கு முதலில் பழச்சாறும் பின்னர் மருந்துகளுடன் கூடிய உணவுகளை யும் தொடர்ச்சியாகத் தரவேண்டும்.

உடல் வன்மையடைந்த பின்னரும், ஜீரண சக்தி திரும்பப் பெற்ற பின்னரும் கெட்டியான அரிசி கஞ்சி தரலாம். கபத்தால் உண்டாகிய சுரத்திற்கு லங்கனமிருந்தவர்களுக்கு பார்லி கஞ்சி தரலாகாது.

உணவு ஒழிதல் சிறப்பு பற்றி, நோயற்ற பொழுது சிறப்பாக ஈரல் பற்றிய நோயுற்றபொழுது டாக்டர் சந்ரா தனது "நோய்களின் திடீர் தாக்குதலின் பொழுது உண்ணுமை மூலம் சிகிச்சை" என்ற கட்டுரையில் விவரித்துள்ளார்.

"ஜீரண சக்தி, நோயின் கடுமையாலும், நோயுள்ள பொழுது அடிக்கடி அதிக உணவு உட்கொள்ளுவதாலும் தடைபட்டு விடுகிறது இது நோயாளிகளின் நோயை மிகுதி படுத்தவும், அஜீரணத்தால் ஈரல் களின் செயலை கெடுத்து கடைசியில் விஷத்தன்மை வாய்ந்த நோய் உண்டாக ஏதுவாகிறது. ஈரல் பற்றிய நோய்களுள் பொழுது ஜீரணம்

'சரிவர ஆகாததால் உட்கொள்ளும் உணவு கெடுதலாகவும், ஈரல் கோளாறுக்கு காரணமாகவும் ஆகிறது''. இவர் டைபாய்டு காய்ச்சல் காலங்களில் 21 நாட்களுக்கு உணவு தவிர்த்து, அதனுல் உண்டாகும் நன்மைகளைக் கூறியுள்ளார். டைபாய்டு காலங்களில் வயிற்றுப் பொருமல், அதிசாரம் இவைகள் குறைந்த சுரத்துடன் காணப்படுகிறது.

கடுமையான இன்புளுயன்சா சுரத்தைப் பற்றி தனது விளக்கத்தில் கீழ்க்கண்டவாறு கூறுகின்றூர்.

" இருபது நோயாளிகள், காய்ச்சிய நீர் சோடா அல்லது எளிய தேநீர் மட்டிலும் பருகி 4 முதல் 6 நாட்கள் வரை, அதனுல் ஜீரண சக்தியை மறுபடியும் பெற்ற பின்னர் உ்ணவு உட்கொள்ளத் துவங்கினர். முதலாவதாக காய்கறியின் சாறும் இரண்டாம் நாள் அத்துடன் ரொட்டித் துண்டமும், வெண்ணெயும் கொடுக்கப்பட்டது. பின்னர் வேகவைத்த காய்கறிகள், உப்பு கலந்த நீர் மட்டிலும்தான் மருந்தாகக் கொடுக்கப் பட்டது. எட்டு, பத்து நாட்களுக்குள்ளாக இந்த நோயாளிகள் அனைவரும் வேலை செய்யும் தகுதி வாய்ந்தவர்களாகவும், வேண்டிய உணவு உட்கொள்ளவும் துவங்கினர்

அவர் மேலும் கூறுகிறுர் ;— " என்னிடம் வந்த நோயாளிகளில் புத்தகங்களில் கூறிய முறைப்படி உணவு வகைகள் தரக்கூடிய இன்புளுயன்சா சுரத்தால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் இல்லை. இந்த சுரத்தின்பொழுது பால், மாட்டிறைச்சி, தேநீர், இனிப்பு கலந்த கோழிமுட்டை முதலியன கொடுக்கலாமென்பது புத்தகங்களின் கருத்து. இதன்படி " குல்மம், காசம், பக்க சூலை, கபவாத சுரம், முதலிய நோய்களிலிருந்து மீட்கப்பட்டனர். ஆனுல் பலர் இரண்டு முதல் மூன்று வாரங்கள் வரையும் இன்னமும் சிலர் மேலும் அதிகமாகவும் வேலை செய்யும் தகுதியிழந்து விட்டனர் ''.

" இறைச்சி, இனிப்பு கலந்த கோழிமுட்டையும் மற்றும் விரைவில் ஜீரணமாகக் கூடியது என்று கருதப்படும் உணவுகள் நோயுள்ள காலங்களில் கொடுத்தலால் நன்மைக்கு மாருக தீமையே விளைவிக்கின்றன. இந்த உணவுகள் நோயுற்ற காலங்களில் நோயின் கால அளவையும் மற்றும் சோர்வையும் குறைப்பதற்கு மாருக வளர்த்து விட்டன. இதனுல் நோயின் தன்மை இரட்டிப்பாகி விட்டது. நான் பலரிடத்து உணவு ஒழிதலை (லங்கனத்தை) கையாண்டதில் பல நோய்களுக்குச் சிறந்த சிகிச்சையெனத் தெளிந்தேன். எனது கருத்தில் எப்படி இரண சிகிச்சை பெற்றவர்களுக்கு நல்ல காற்றும் ஓய்வும் தேவையோ, அப்படியே நோயா

ளிகளுக்கு லங்கனம் பொதுவான, உண்மையான சிகிச்சையாகத் தோன்று கிறது. நான் சிறிது சீர் திருத்தக் கொள்கையுடன் சில நீண்டகால நோய் உள்ளவர்களுக்கு மித (கட்டுப்படுத்திய) உணவைத் தந்து வியக்கத்தக்க பலன் பெற்றேன்''.

வயது. உணவு, தனி நபரின் தன்மை பருவம், காலநிலை இவைகள் ஆரோக்கியத்தைக் காக்க நேர்முகமாக துணை புரிகின்றன. அல்லது ரத்த குழாய்களின் மூலம் மனித நிலையை மாற்றவும் உதவுகிறது.

பருவ கால நோய்கள் தொடர்ச்சியான தட்ப வெப்பங்களாலும், கெட்ட சுகாதாரத்தாலும் உண்டாகின்றது. இது சுகாதார முறையாலும் கட்டுப்படுத்தப்பட்ட உணவாலும் பலனுள்ள முடிவுகள் காணப்பட்டன. ஆனால் இதிலும் நோயின் காரணத்தில் சிறிது ஐயம் உள்ளது இது எப்படி வேலை செய்கிறது? என்பது பற்றி தெளிவாக கூறப்படவில்லை. மேல் கூறப்பட்ட பருவ தட்ப வெப்ப நிலை முதலியவைகள் ரத்த ஓட்டத்தின்கண் குறைவாலும் உண்டாகும் நோய்களை ஓஜோ நாளங்களில் சுரக்கும் சக்தியால் குணப்படுத்தலாம், இது போல, பருவ மாறுதலால் ஏற்றமும் இறக்கமும் நாணமில்லா முடிச்சு (நாணமில்லா க்ரந்தி) மீதும் ஏற்படும். (முற்றும்)

கப இருமல் நீங்க!

மார்பில் கோழை கட்டி வெளியேறாத சளி இருமல்களுக்கு 5-பலம் தேனைக் காய்ச்சி அதில் மிளகு, பொறித்த வெங்காரம், சுக்கு இவைகளை 1 ரூபாய் எடை வீதம் தூள் செய்து கலக்கி தேனுடன் கிளறி வைத்துக்கொண்டு ஒரு வேளை ஒரு ரூபாய் எடை வீதம் கொடுத்துவர கபம் இளகிபோய் இருமலுடன் வெளியே வந்து விழும்.

தேனும் படுக்கையில் சிறுநீரும்.

[புதுவைப் புலி]

குழந்தைகள் படுக்கையில் தன்னையும் அறியாமல் சிறுநீர் கழித்துக் கொள்ளும் பெரும்பாலும் இப்பழக்கம் குழந்தைகள் மூன்று வயதைக் கடக்கும் பொழுது ஏற்படுவதுண்டு. இது குழந்தைக்கும், பெற்றோருக்கும் பெருந் துன்பத்தை கொடுக்ககூடியது. பகலில் அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்கும் குழந்தைகள் இரவில் படுக்கையிலும் சிறுநீர் கழிக்கும் என்பது திண்ணம் இரண்டு வயதான பெரும் பாலான குழந்தைகளின், சிறுநீர் பையானது அளவுக்குமீறி இயங்கும் சக்தியை பெறுகிறது. சிறுநீர் பையானது அளவுக்கு மீறி இயங்குவதால், சிறுநீர் அதிகமாக வெளிவரும். பெரும் பாலும் குழந்தைகள் படுக்கையில் ஒரு தடவை அல்லது இரண்டு தடவை சிறுநீர் கழிப்பார்கள்.

சில குழந்தைகள் படுக்கைக்கு சென்ற ஒரு மணி நேரத்திற்குள்ளே சிறுநீர் கழிப்பார்கள். இன்னும் சில குழந்தைகள் சிறுநீர் கழிக்குமுன் அல்லது கழிக்கும் சமயத்தில் கனவு காண்பார்கள். அதாவது தான் உடை உடுத்திக்கொள்வது போலவும், அல்லது ஓர் வசதியான இடத்தில் சிறுநீர் கழிப்பது போலவும் காண்பார்கள். இக் கனவில் குழந்தைகள் தூக்கத்திலிருந்து எழுந்து குளிக்கும் அறைக்குச் செல்ல முயலுவார்கள். இதைத் தவிர்க்க தாய்மார்கள் இரவில் சற்று விழிப்பாக இருத்தல் அவசியம். சிறுநீர் பையானது நரம்பு மண்டலத்தினுல் இயக்கப்படுகிறது. ஆயையால் நரம்பு மண்டலம் சக்தி இல்லாமல் இருந்தால் மேற்கூறிய கனவுகளும், சிறுநீர் கழிக்கும் பழக்கம்மும் ஏற்படும். மற்றும் நகத்தைக் கடிக்கும் பழக்கமும், கட்டை விரலை சப்பும் பழக்கமும் ஏற்படும்.

இக் குறைகளைப் போக்குவதற்கு, எம். பி. பி. எஸ் பட்டம் பெற்ற டாக்டரை கேட்டால் குழந்தை தனது இளம் பருவத்தை கடக்கவேண்டும் என்று கூறுவாரே தவிர சிகிச்சை ஒன்றும் செய்ய அவரால் இயலாது. இதற்கு தேன் சிகிச்சை அளிக்கிறது. இது அதிசயமாக இருக்கலாம். ஆனுல் இது முற்றிலும் உண்மையே. குழந்தை படுக்கைக்குப் போகும் சமயத்தில் இரண்டு தேக்காண்டி அளவு தேனைக் கொடுக்கவும், உடனே இது இரண்டு விதத்தில் வேலை செய்ய ஆரம்பிக்கிறது. ஒன்று நரம்பு மண்டலம் இயங்குவதற்கு சக்தியைக் கொடுக்கிறது. இரண்டாவது மேற் கூறியபடி தூங்கும் நேரத்தில் சிறுநீர் உணர்வின்றி போவதைத் தடுக் கிறது. சிறுநீர் தன்னிச்சையாக போகும் பழக்கம் நின்றவுடன், தேனின் அளவை சிறிது சிறிதாக குறைத்து, இறுதியில் கொடுப்பதை நிறுத்திவிடவும்.

வளமான வாழ்வுக்கு வழி!

1. நலமே வாழ நல்வழி உண்டு
நண்பா ; வைகறை ஓடு!
நீலமீ தழுக்கு நீங்கிட ஆற்று ;
நீரினில் தினமும் ஆடு!

2. கந்தை யாயினும் கசக்கிக் கட்டி ;
கால தாமதம் நீக்கி!
வெந்த உணவினை வேளையில் கொள்க ;
வீரியங் கலந்தே ஆக்கி!

3. சுத்தக் காற்றை சுவாசித் திடவே
சோலை ; கடற்கரை நண்ணு!
நீத்த மருந்தும் நீரினில் தூய்மை ;
நீயே அறிந்து உண்ணு!

4. உடலில் வலிவும் ; உருவில் அழகும்
ஓங்கப் பயிற்சி செய்க!
திடமா யதன்பின் தேகந் தேற
தினமும் ஓய்வோ டுய்க!

5. வருந்திய உடலின் வாட்டம் களைய
வளமா யிரவில் தூக்கம்!
இருந்திட வேண்டும் எண்ணத் தூய்மை ;
என்றும் மனதில் தேக்கம்!

6. வேலினைத் தாங்கும் வேலனைப் பாடு ;
விலகித் துன்பம் ஓடும்!
'மூலிகை மணி' யின் முதுரை நாடு ;
மூவா நலமே கூடும்!

சேரங்குளம். எம். பாலவேந்திரன்

இதய ஒலி!

11—2—'66.

அன்புள்ள டாக்டர் அவர்கட்கு, வணக்கம். செவ்வாய்ப்பேட்டை.

தாங்கள் தினமணி சுடரில் "நம் நாட்டு மூலிகைகள்" கட்டுரை எழுதி வந்தபோது நானும், எனது நண்பர்களும் தவருமல் படிப்பதுண்டு. எனது நண்பர் எஸ். மாணிக்கம் என்பவருக்கு (டையாபிடீஸ்) என்ற சர்க்கரை நோய். இங்கிலீஷ் மருந்துகளையும், ஊசிகளையும் போட்டுக் கொண்டு மிகவும் கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டிருந்தார். அது சமயம் "கோவைக் கொடி" யைப் பற்றி ஒரு வாரம் வந்தது. அதில் குறிப்பிட்ட 'நாமக் கோவை'யை தினம் தவருமல் 2 வீதம் சாப்பிடச் சொன்னேன். ஆச்சர்யம்! சர்க்கரை நோய் நன்ருக குணமடைந்து சுகமாகிவிட்டார். இப்போது அவர் மூலிகை மணிக்கு சந்தாதாரராகி இருக்கிருர். தங்கள் அன்புக்கு எங்கள் நன்றி கலந்த வணக்கம்.

சந்தா நெ. 1087. ஜி. நாராயணசாமி,
79-எ, சந்தைப்பேட்டை மெயின் ரோட், சேலம் ஜில்லா.

5—1—'66. மதுரை-9.

ஐயா,

உங்கள் அபிமானி எம். சரீப் எழுதுவது, நம் நாட்டு மூலிகைகள் என்று எழுதிய புத்தகத்தை வாங்கிப் படித்து பார்த்து எளிதில் எங்கும் கிடைக்கும் மூலிகைகளை எடுத்து உபயோகம் செய்து வருகிறேன். சுகமடைவது உண்டு. நான் சில நண்பர்களுக்கும் எந்தவித வியாதியாலும் உங்கள் மூலிகை முறையினைக் கூறுவேன். அதன்படியும் பல நண்பர்கள் செய்து காசு செலவின்றி குணமடைந்து நன்றி தெரிவித்தனர் அதன் பலன் யாவும் தங்களுக்கே! வாழ்க தங்கள் மனிதாபிமான உள்ளம்.

சலாம்.

எம். சரீப்.

இஸ்மாயில்புரம் சந்து,
முனிச்சாலை ரோடு.

17—2—'66 சென்னை-28.

அன்புடையீர்!

மூலிகை மணியில் சைவம், கௌமாரம், போன்ற கட்டுரைகள் வருவது சிறப்பு மிக்கவை. இம்மாதிரி திருமந்திரம் முதலான கௌமார நூல்களின் விரிவுரைகளும், சித்தர்களின் வாழ்க்கை சரித சிறப்புக் கட்டுரைகளும் எல்லா வாசகர்களாலும் ஆவலுடன் வரவேற்கப் படும் என்பது திண்ணம்.

121-4வது மெயின் ரோடு. கே. எஸ். சுகவனம், எம். எஸ். சி.

11—2—'66 சிறுவாலை அஞ்சல்.

அன்புடையீர்! வணக்கம்.

தீய சக்திகளுக்கு வித்திட்டு கெடுதலை விளைவிக்கக்கூடிய கீழ்த்தர மான பத்திரிகைகளை கவர்ச்சிப் படங்கள் என்ற பெயரில் காணத்தகாத காமவுணர்ச்சிகளை யூட்டும், கன்னியரின் கட்டுடல் உருவங்களையும், மட்டு மீறிய கட்டியணைத்தலும்; ஒட்டி உருளலும், போன்ற ஓவியங்களைப் போட்டு காளையர், கன்னியர், காமுகர்களின் காசுகளைப் பறிக்கும் குறியிலே கருத்து மேலோங்கிக் காரியம் நிகழ்ந்து வரும் இந்தக் காலத்திலே ;

நாட்டுக்கு நன்மை விளைவிக்கும் நல்ல சேவை ஒன்றையே கருதி எங்கும் எளிதில் கிடைக்கும் இலை, தழை மூலிகைகளின் இயல்புகளை ஆராய்ந்து, அதை செய்யும் வழி வகைகளை விளக்கி எடுத்துரைத்து. ஏழையற்கும் எளியவர்க்கும் உடற்பிணியை நீக்க உதவும் உயர்பணியை பொதுநல நோக்கோடு மேற்கொண்டு அதற்காகவே "மூலிகை மணி" என்ற மாதப் பத்திரிகை தொடங்கி மன உரத்துடன் நடத்தி வரும் தாங்கள் பரோபகார மனப்பான்மை பாராட்டற்பாலது. வளர்க மூலிகை மணி.

அம்பலத்தடி, வி. எஸ். வீரநாதக் கோனர்,
மதுரை. தேசிய கவிஞர், முத்தமிழ்வாணர்

7—2—66. பொட்டகவயல்.

ஆசிரியப் பெருந்தகையீர்!

"மூலிகை மணி" எனக்கு ஒரு பத்திரிகையாகத் தோன்றுமல் நான் நீண்ட நாட்களாகத் தேடித் திரிந்த ஒரு அரிய பொக்கிஷமாகத் தோன்றுகிறது. இந்த சிறந்த பணியைத் தொடர்ந்து செய்ய ஆண்டவனிடம் வேண்டிக்கொண்டேன்.

ராமநாதபுரம் ஜில்லா. எஸ். கே. ஜெயினுலாப்தீன்.

15—2—66. சென்னை-12.

ஐயா,

தாங்கள் முருக உபாசனை செய்து எனக்காக அனுப்பிய மூலிகை ரக்ஷையை இன்று பார்சல் மூலமாக பெற்றுக் கொண்டேன், ரக்ஷை அடங்கிய பெட்டியைக் கண்டதும் அளவிலா உவகை யடைந்தேன்.

வணக்கம்.

13, ஒத்தவாடை வீதி. கோ. புருஷோத்தமன்.

15—2—'66. ஈரோடு.

மதிப்பிற்குரிய ஆசிரியர் அவர்கட்கு,

நும்மின் அரும் பெரும் தொண்டை வரவேற்கும் தமிழகம் என்றும் நெஞ்சிலே வைத்துப் போற்றும் என்பதில் சிறிதும் ஐயமில்லை. தங்களின் தூய எண்ணமும், சிறந்த ஆற்றலும், எளிதில் விளங்கும் தெள்ளுத் தமிழ் நடை உண்மையில் போற்றுதற்குரியன "புலன் மிக்கவரை புலனறிதல் அப்புலன் மிக்கவர்க்கே புலனாகும்" என்ற கவின்மிக்கச் சொல் ஈண்டு நோக்குதற்குரியதே. வேறு போலிப் பத்திரிகைகள் வியாபார நோக்கத்தையும், அதன் மூலம் பணம் தேடும் வழியையும், மூலதனமாகக்கொண்டு தமிழக மக்களைக் கெடுத்து வருவதுடன் அவர்களுக்குப் பரம்பரையாகப் பல வியாதிகளை பரவிவர வழி செய்யும் படாடோப மருந்துகளை விளம்பரம் செய்து பொருள் திரட்டும் சுயநல நோக்கமே கருத்துடையவர்களாகி மக்களின் கருத்தை அழிக்கச் செய்து பாப மூட்டையை ஏற்றுக்கொள்ளுகின்றனர். கர்த்தர் அவர்கள் அறியாமை எல்லாம் மன்னிக்க வேண்டும்.

வெள்ளிக்கோவில் (வழி) ரா. அருள் பாண்டியன்,
ஆசிரியர், மேட்டுப்பாளையம்.

★ மலரின் மகத்துவம் ★

[புதுவை அமலன்]

மல்லிகை :

இம் மலரைத் தலையில் அணிந்து கொள்வதால் கண்பார்வை கூர்மையடையும். இதன் இலையை இளஞ்சூடாக்கி விழி மீது சற்றே வைத்து கட்டிக்கொள்வதால் கண்களில் வெள்ளை வண்ணப் பகுதிகளில் காணப்படும் 'சிவப்பு' மறையும்.

ரோஜா :

இம் மலர் இதயத்துக்கு வலிமை தரும். முகர்ந்தால் சளி குறையும். மெல்லிதழ்களைத் தேனிலோ, அல்லது சாதாரண மாகவோ தின்றால் மலச்சிக்கல் மறையும். இதழின் சாற்றைப் பிழிந்து ஓரிரு துளி நாசியில் விட்டுக்கொள்வதால் தலைவலி நீங்கும்.

குங்குமப்பூ :

இதனைப் பாலில் கலந்து பருகுவதால் ஜீரண கோசத்தில் ரசத்தை அதிகமாகச் சுரக்கச் செய்து பாலை இரத்தத்தில் மிக விரைவாகவும், சுலபமாகவும் கலக்கச் செய்கிறது. இது மலர் வகை சேர்ந்ததல்ல.

தும்பைப்பூ :

இம் மலரைக் கஷாயம் வைத்துப் பருகுவதால் 'காய்ச்சல்' நீங்குவதோடு, தொண்டைக் கட்டுதலும் சற்று இளகும். இம்மலரை நல்லெண்ணெயில் காய்ச்சி வாரம் ஒருமுறை தலை முழுகிவர ஜலதோஷம், சீதள சம்பந்தப்பட்ட வியாதிகள் விலகும். பூவில் நாலு பூவுடன் முலைப்பால் விட்டு ஒரு மெல்லிய துணியில் தோய்த்து நெற்றியில் வைக்க ஜன்னி ஜுரம் விலகும்.

கடிக்க வேண்டிய அவசியமே இல்லை. பூமிக்குள்ளேயே சில வாழ்வதால் இவைகளுக்கு பற்களும் இறைவன் படைப்பதில்லை. இத்தகைய பாம்புகளில் சிலவகை நாக்கினுல் மனிதர்களை நக்கினுல் போதும். இதன் கொடிய விஷம் சிறுக சிறுக உடம்பில் பரவி வெண்குஷ்டம், கருமேக ரணங்கள், பயங்கரமான குட்டம், சர்ம நோய்களை உண்டு செய்து தீராத ரோகங்களாக முடிவதும் உண்டு. சிலருக்கு சர்ம ரோகங்கள் பரம்பரை வழியாகவும் இருக்காது. தூய்மையான ஒழுக்கமுடைய வர்களாகவும் இருந்தும்கூட சந்தர்ப்ப விதிவசத்தால் மேல்கண்ட ரக பாம்பு தீண்டலுக்கு ஆளாகி இருப்பின் இந்த கருடன் கிழங்கு இம்மாதிரி விஷங்களை நிச்சயம் போக்கும். முறை விபரம்: நல்ல முற்றிய கிழங்காக எடுத்து அதன் மேல் தோலைச் சீவி குறுக அரிந்து வெய்யிலில் உலர்த்தி அதனைத் தூள் செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். தினம் காலை மாலை வெறும் வயிற்றில் 10 கிராம் அளவு வாயிலிட்டு வெந்நீர் பருகி வரவேண்டும். ஹோட்டல் பலகாரம் எண்ணை, கடுகு, காரம், புளி ஆகியவைகளை நீக்கி இச்சா பத்தியமாக இருக்க நாள்பட்டு உடலில் தங்கிய விஷம் எதுவாயினும் சரியே 1 மண்டலம் சாப்பிட விஷ பூரிதமான உடல் தூய்மையாகும். இந்த தூளையே மேக ரோகத்தால் விளைந்த கிரந்தி நமைச்சல், தீராத வெள்ளை ஒழுக்கு முதலானவைகளுக்கும், கொருக்குப் புண், மேக ரோகப் புண், புரை, லிங்கப்புற்று ஆகிய நோய்களுக்கும் மேல்கண்ட மாதிரி கொடுக்க அவை விலகிவிடும். இந்ததூளை நாள்பட்ட பேதிக்கு கொடுக்க அவை நிற்கிறது.

"இலையின் உபயோகம்"

இதன் இலையை அறைத்து; அரையாப்பு, துடை வாழை, கழலைக் கட்டிகள், கண்டமாலை, கை கால் சந்திகளின் உள்பக்கம் உண்டாகும் கட்டிகள், ரத்தக் கட்டிகள் ஆகியவைகளுக்கு வைத்துக் கட்டிவர அவை பழுத்து உடைந்து ஆறும்.

உலர்த்தி தூள் செய்த இலையை ஒரு புட்டியில் பத்திரப்படுத்தி வைத்துக் கொண்டு அக்கிப் புண்கள், அழிந்த ரணம், தேக உஷ்ணம், எரிவு, கரப்பான், சிறங்குகள் ஆகியவைகளுக்கு தேங்காய் எண்ணையுடன் கலந்து இரண்டு நாள் வெய்யிலில் வைத்து பிறகு மேலுக்கு பூசிவர யாவும் ஒழியும்.

கருடன் கிழங்குக் கொடி இலையுடன் சேர்த்து மண்சட்டியில் ஒரு கைப்பிடி அளவுடன் போட்டு மிளகு, சீரகம், சிறிதளவு தட்டிப் போட்டு கஷாயம் வைத்து தினமிரு வேளை உட்கொள்ள பாண்டு, சூலை நோய்,

வாத பிடிப்பு, வயிற்றில் வலி ஆகியவைகள் சாந்தமாகும். இந்த இலையை ஆமணக்கெண்ணெ விட்டு வதக்கி கை கால் மூட்டு வீக்கங்கள், வலி ஆகியவைகளில் ஒற்றடங் கொடுக்கலாம்.

ஆகாச கருடன் கிழங்கால் பாதரசம் கட்டும். சித்தர்கள் இந்த வித்தையைக் கையாண்டு பல அற்புத சித்திகளைப் பெற்று சித்து விளையாட்டுகளைக் காண்பித்து இறுதியில் இறைவன் திருவடி நிழலைச் சேர்வார்கள். பிடிக்கு அகப்படாமல் ஓடும் ரசத்தையே கட்ட வல்லது ஆகாச கருடன் என்றால் மக்களுக்கு வரும் நோயைக் கட்டிவிடும் என்பதை கேட்கவா வேண்டும்! நாட்டு வைத்தியங்களில் பல ரகசிய முறைகள் அழிந்து போனாலும், பரம்பரை வழி வந்த கிராமங்களில் உள்ள வைத்தியர்கள் இந்த கருடன் கிழங்கு எண்ணெயை காய்ச்சி இன்னும் ஜீவனம்செய்து வருவதைக் காணலாம். இந்த எண்ணெ குடிப்பதற்கு குமட்டலும், கசப்புமாக இருந்தாலும் உடலில் உள்ள விஷ பூரிதமான துர்நீர்களையும், ரணம், புரைகள் உண்டாக்கும் கிருமிகளை அழித்து தூய்மை படுத்தும் என்பதில் ஐயமில்லை.

அடுத்த இதழில்

கலியாண முருக்கன்!

(80-வது கட்டுரை)

ஆண்டவனையே தாங்கும் ஆகாச கருடன் பறக்கும் போது சில அன்பர்கள் கிருஷ்ணா! கிருஷ்ணா! கிருஷ்ணா! என்று தரிசித்து தாடையில் போட்டுக் கொள்வார்கள். இதன் பொருளை உணர்ந்த நம் முன்னோர்கள் இம் மூலிகைக்கும் ஆகாச கருடன் என்று பெயரிட்டு போற்றி வருவது வியக்கத் தக்கதாகும். இறுதியாக அடியேனுடைய அனுபவத்தைக் கூறிவிடுகிறேன்; கட்டுரை ஆரம்பத்திலே ஆகாச கருடனை வீட்டிலே கட்டி பல வருடங்களாக இருந்தது என்று குறிப்பிட்டேனல்லவா? அந்த காலம்வரை வீட்டினுள்ளே விஷப்பூச்சிகள் நடமாட்டமே இல்லை! ஆனால் சுண்ணம்பு அடித்து வீடு சுத்தம் ஆகிய பிறகும் பொங்கல் கழிந்த ஒரு வாரத்திற்குள் வீட்டின் கூரையிலிருந்து தேள் ஒன்று தலைகாட்டியது! உண்மையான அனுபவம். மற்றொன்று கிழங்கு வீட்டில் இருந்தவரையில்

சண்டை சச்சரவு இல்லாமல் இருந்தது இது அடியேனுடைய நெடுங்கால அனுபவ உண்மை. நீங்களும் சோதனை செய்ய விரும்பினல் ஆகாச கருடனை ஒரு குருவிக்காரனிடம் வாங்கி அனுபவத்தில் உணர்ந்து பிறருக்கும் நன்மைகளைச் சொல்லிவையுங்கள்.

பாட்டு.

துட்ட விடம் பாண்டு வெப்பு சூலைவாதங் கிரந்தி
குட்டம் அரிப்பக்கி கோண்குடல் நோய் - கெட்டகண்ட
மாலை போம் கொல்லன் கோவைக் கிழங்கால் முத்தோட
வேலை போம் பாரில் விளம்பு.

(முற்றும்)

உ

பழைய "மூலிகை மணி" புத்தகங்கள்

குரோதி ஆண்டு முதலாவது மலர் 12 மாத இதழ் கொண்ட காலிகோ பைண்டு பெரிய புத்தகமாக்கியுள்ளது மிகச் சிலவே இருக்கின்றன. நமது மூலிகை மணி நிதி நன்கொடை ரூ. 10-00 க்கு குறையாமல் அனுப்புவோருக்கு மட்டும் அன்பளிப்பாக ஒரு புத்தகம் எமது சிலவில் அனுப்பப்படும்.

★

போன்: 726.

த. பெ. நெ. 26

மானேஜர், மூலிகை மணி

33-1, தென்னமரம் தெரு, வேலூர். (வ. ஆ.)

எமது அடுத்த வெளியீடுகள்

1. நாடிப்பார்த்தல்
2. மனித உறுப்புகளில் மூலிகை குணதிசயங்கள்
3. விஷ ஜந்துக்களும் மூலிகைகளும்
4. புல்லுருவி
5. முருகன் துதிப்பாடல்கள்

அறிவுரைக் கொத்து

இலவச விநியோகம்] [தொகுத்தவர்: சுப்பரமணிய ஹரிகரன்

எமது மூலிகை மணி சந்தா நேயராகிய இவரது புத்தகம் இருபது பக்கங்கள் கொண்ட இந்த ''அறிவுரைக் கொத்து'' மிக நேர்த்தியாக அச்சிடப்பட்டு உள்ளது. வெகு பிரயாசைப் பட்டு பல மகான்களின் கருத்துக்களை பல புத்தகங்களிலிருந்து எடுத்து வடித்து வைத்துள்ளது. இது வாழ்க்கைக்குப் பயன் தரும் சிந்தனை தேன் துளியென மதிக்கலாம். இந்த நூலை இலவசமாக வினியோகித்து, பயன் பெறும் அன்பர்களிடமிருந்து புண்ணியத்தைக் கமிஷனாக அடித்துக் கொண்டு போகிருர் இதனைத் தொகுத்தவர்! இவரது முயற்சி பாராட்டத் தக்கது. இந்த நூலை பெற விரும்பும் மூலிகை மணி வாசக அன்பர்கள் கீழ்க்கண்ட முகவரியில் நேரில் இலவசமாக பெறலாம். அல்லது பத்து பைசா தபால் தலை அனுப்பிஞல் உங்கள் வீடுதேடி வரும்.

முகவரி : திரு. சுப்பரமணிய ஹரிகரன்,
ரேவதி 1-D, டாங்கி ரோட், சென்னை 34.